



અથર્વવેદનો સુખોદ અનુવાદ

[ ભાગ ચોથો ]

દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય

લેખક

મહામહોપાધ્યાય પં. શ્રીપાદ દામોદર સંતવળેકર  
અધ્યક્ષ-સ્વાધ્યાય મંડળ, સાહિત્ય-પ્રચરણ, ગીતાપ્રેસ



68764.

RS 40=00

પા ૨ ટી ( જિ. વલસાડ )

પ્રકાશન :

જસંત કીપાલ સાલગળેકર, બી. એ.,

રજાધ્યાય-મંડળી,

પોસ્ટ- ' રજાધ્યાય-મંડળ ( પાટણ ) '

પાટણી ( જિ. જલસાદ )

★

અનુવાદ :

કી. ચરણંત કુંભ પટ્ટશર્મા, ડાબીપ ( ડાહ્યા )

★

પ્રદેશ :

જસંત કીપાલ સાલગળેકર, બી. એ.,

જાલગ ટ્રસ્ટલેણ, રજાધ્યાય-મંડળી,

પોસ્ટ- ' રજાધ્યાય-મંડળ ( પાટણ ) '

પાટણી [ જિ. જલસાદ ]



# અથર્વવેદનો સુખોધ અનુવાદ

(ચોથો ભાગ)

## ‘ દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય ’

ભૂમિ કા

આ વિભાગમાં ૮૮ સૂકતો અને ૧૩૦ મંત્રો જુદા જુદા શિષ્યકાલી નીચે સંદર્શાયા છે. જુઓ—

૧	પ્રાણરક્ષણ	૨	સૂકત	૩૩	મંત્ર
૨	દીર્ઘજીવન	૧૨		૧૧૭	
૩	ખાતક પ્રયોગોને દૂર કરવા	૪		૨૪	
૪	નિર્ભયતા	૧		૬	
૫	આરોગ્ય	૧		૧૧	
૬	શુદ્ધિ	૫		૨૫	
૭	હસ્તરપથથી રોગનિવારણ	૧		૭	
૮	સ્વાવર્ણ્યમ	૨		૩	
૯	વાણી	૧		૧	
૧૦	સુખ	૨		૫	
૧૧	ઉત્સાહ	૨		૧૪	
૧૨	જ્ઞાન અને કર્મ	૨		૧૨	
૧૩	પ્રકાશ	૨		૫	
૧૪	મદ્દમનાશન	૨		૧૦૩	
૧૫	વિષમિતિત્સા	૧		૭૦	
૧૬	જવર	૨		૨૦	

૧૭	કુષ્ઠનાશન	૨	૮
૧૮	મૃગક્રમાળા	૨	૧૪
૧૯	રોગક્રિમી	૭	૫૭
૨૦	ક્ષેત્રિયરોગ	૨	૧૨
૨૧	પશુઓનું આરોગ્ય	૧	૬
૨૨	શાપ	૧	૧
૨૩	કષ્માનિવારણ	૪	૧૧
૨૪	કસેલપ્રતિબંધ	૩	૧૮
૨૫	મૃત્યુ	૨	૧૦
૨૬	સકિત	૧	૨
૨૭	સાપ	૧	૧૧
૨૮	કર્મણ	૧	૧
૨૯	અશુભ	૧	૨
		૮૮	૬૩૦

આ પ્રમાણે આ પુસ્તકમાં સૂકતો અને મંત્રો લેવામાં આવ્યા છે.

### દીર્ઘજીવન

મનુષ્યને મારે દીર્ઘજીવન અથવા રોગરહિત દાંત આયુષ્ય અનાવરણક છે. કુંદુંબ, ધન, અધિકાર, જ્ઞાન વગેરે બાબતો





યોગ સમય માટે બહાર કુલક કરવામાં આવે છે જેટલા સમયમાં પૂરક થાય છે, એનાથી ચાર ગણા સમયમાં કુલક અને બે ધણા સમયમાં રેચક તથા થોડો સમય બાલકુલક કતવામાં આવે છે કુલકનો સમય શકિત અનુસાર થોડો બધવા વધારે પણ થઈ શકે છે કુલક વધુ થવા લાગે તો આ શરીરના ખાતોના સ્થાનના છીંદ્રો ખુલ્લા થાય છે અને શરીર માં નવચેતન્ય ઉત્પન્ન થાય છે

પ્રાણુપામતા ધણા જુદા જુદા પ્રકાર છે, જે કાંઈ યોગીના આશ્રમમાં રહીને સીખતા પડે છે સાધારણ મનુષ્ય જેનાથી લાભ ઉઠાવી શકે છે, એટલા પ્રાણુપામતા ત્રણ પ્રકાર ઉપર આધાર્ય છે. પોતાના શરીરમાં પ્રાણને સ્થિર કરવાનું કાર્ય આ પ્રાણુપામો કરવાથી સિદ્ધ થઈ શકે છે ભક્ષા અને પૂર્ણ પ્રાણુપામ પ્રથમ વધારે ન કરતા નેપ્રમ્યે ભક્ષા પ્રાણુપામ દેહસાને સ્વચ્છ કરવા માટે થોડા પ્રમાણમાં કરવો. હૃદયજાતી પ્રાણાયામ વધુ કરવો અને ' પૂર્ણ પ્રાણાયામ ' પોતાની શકિત અનુસાર કરવો. આમ કરવાથી સાધકના શરીરમાં પ્રાણ સ્થિર રહી શકે છે આશા છે કે આ પ્રમાણે અભ્યાસ કરીને વાયકો પોતાના શરીરમાં પ્રાણને સ્થિર કરવાનો યત્ન કરીને લાભ મેળવશે એના થોડા પણ્ય અભ્યાસ થાય તો પણ્ય એનાથી સારો લાભ થઈ શકે છે.

### પ્રગતિ કરવી

ઉત્તન કરવા માટે મનુષ્યને જન્મ છે, તેથી કહ્યું છે—  
 ઉચ્ચાન તે પુરુષ નાવચાન । ( અથર્વ ૮૧૧૬ )  
 ' હે મનુષ્ય તારે ઉપર ઉઠાનું છે, તીએ પડાનું નથી ' વેદનો આજ સ દેશ માનવ માત્ર માટે છે આ સદેશ લઈને મનુષ્યોએ પ્રગતિ કરવા માટે પ્રયત્ન કરવા નેપ્રમ્યે

### બોધ અને પ્રતિબોધ

બોધ અને પ્રતિબોધ મનુષ્યના સદાયક થાય એ વિષે કહ્યું છે—

યોગ્યસ્ય ત્વા પ્રતિયોગ્યસ્ય રક્ષતામ્ ।

અસ્વપ્નસ્ય ત્વાતથદ્રાણસ્ય રક્ષતામ્

ગોપાયંસ્ય ત્વા જાગૃષિસ્ય રક્ષતામ્ (અથર્વ. ૮૧૧૧૩)

' જાન અને ત્રિશાન તારૂં રક્ષણ કરે, સુસ્તી ન કરવી અને કાપ ન ઊડાવું એ તારૂં રક્ષણ કરે. રક્ષક અને નવશૂત રહેનારો, તારૂં રક્ષણ કરે.' આ ગ્રંથ યોગ્ય કરનારા છે, તેથી આ ગ્રંથ મનુષ્યોએ અપનાવવા યોગ્ય છે. તેથી કહ્યું છે—

આ હિહિ । તમસઃ જ્યોતિઃ આરોહ । ( અ ૮૧૧૮ )

' આવો અધકારને તથાને પ્રકાશ પર ચઢીને રહો ' આ છે અધકારના માર્ગને તથાને પ્રકાશના માર્ગે ચાલવું. આ પ્રગતિ કરવા માટે અત્યંત આવશ્યક છે. આમ કરવાથી જે થય છે તે જુલો—

સહસ્રવીર્યેણ હમં મૃત્યો ઉત્પારયામસિ ।

( અ ૮૧૧૯ )

' હજારો વીર્યોની સદાયતાથી એ મનુષ્યને અમે મૃત્યુના ભયથી દૂર કરીશું ' આ અનુષ્ઠાનથી મનુષ્ય દોષાયું બનશે

ઝોધતાં જ્યોતિ અમ્યેલ્લર્ગાઢા ત્વા હરામિ શત-  
 ચારદાય । અવમુચ્ચન્ન મૃત્યુપાશાનશસ્તિ દ્રાઘીય  
 આયુ પ્રતર્તે તે વધામિ । ( અથર્વ ૮૧૨૨ )

' જીવિન મનુષ્યોની જ્યોતિને તું પ્રાપ્ત કર સો વર્ષની આયુને હું તને પ્રાપ્ત કરાવું છું મૃત્યુપાશો તથા અવનતિના કારણોને દૂર કરીને, તારા દીર્ઘ આયુને બનાવી વધુ દીર્ઘ કરી આપું છું. આ પ્રમાણે દીર્ઘ આયુને અનિદીર્ઘ બનાવવું સાધકના આધીન છે સાધક પ્રાણુપામ વગેરે સાધનો કરવાથી પોતાના દીર્ઘ આયુને વધુ દીર્ઘ બનાવી શકે છે

સસર્પિશ્ચા પન્નં પરિદદામિ ત પન્નં સ્વસ્તિ જરસે  
 વહન્તુ ॥ ( અથર્વ. ૭૫૩૪ )

' સર્પતન્ત્રિઓના સ્વાધીન આ મનુષ્યને કરી દઉં છું. ' તેઓ એને વૃદ્ધાવસ્થા સુધી સુરક્ષિત પહોંચાડે ' સપ્તઋષિ આપણા શરીરમાં બે આંખ, બે કાન, બે નાક અને એક મુખ છે, એમના આધીન મનુષ્યને દેહ છે એ એને અતિવૃદ્ધાવસ્થા સુધી લઈ જાય મનુષ્યના આ ઇન્દ્રિયો મનુષ્યને સુરક્ષિત રીતે દીર્ઘ આયુ પ્રદાન કરે મનુષ્યે આ ઇન્દ્રિયોને ઉત્તમ રીતે ચલાવવાં નેપ્રમ્યે જેથી મનુષ્ય દીર્ઘ આયુવાળો બને. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવું એ આ ઇન્દ્રિયો અને પ્રાણના આધીન છે

### માતાપિતાનું પાપ

દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવામાં માતાપિતાનો પણ સંબંધ હોય છે.

માવૃહતાત્ પિતૃહતાત્ ચ પ્વનસઃ શોષે ।

( અથર્વ ૫૩૦૪ )

' માતા તથા પિતાના પાપને કારણે તું આવો બીમાર બનીને સૂતો છે ' અર્થાત્ માતાપિતાનું પુણ્ય હશે, તો

આ બીજી નહિ દોષ અને મનુષ્ય નીશી રહેશે અને દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરશે

આનસિક ગદિત

આનસિકગદિતી સાથે પણ એનો સંબંધ દોષ છે—

પુરુષાં સર્વેણ મમસા સદ્દશ્વ યપિ ।

યમસ્ય દ્વિતી મા ગુણાઃ । ઝોષ પુરા અગ્નિ રિદિ ॥

( અર્થ ૧૫૩૫૬ )

દે પુરુષ ! તું તારા સ પૂર્ણ મનની સાથે અહીં આવ્યો, તૂં તેની સાથે ન જ, શ્વની આ નગરીમાં રહે. 'સ પૂર્ણ' મનના જ્ઞાન ઉચ્ચ રહેતા જોઈએ કુવિચારથી મનન ન હોય જોઈએ કુવિચાર મનુષ્યને યમદૂતોના આધીન કરે છે શ્વની નગરી આ શરીર છે સુવિચારથી યુક્તમનથી અહીં દીર્ઘશ્વન વ્યતીત કરે

મા વિમેઃ । ન મરિચ્વસિ । રજા જરવોઈ કુળોમિ ।

( અર્થ ૧૫૩૫૮ )

દે મનુષ્ય ! 'તું ટર નહિ તું મરશે નહિ તને હું વહાવશ્યા સુધી રહી શકે એવો કરે છું ' આ અનુકૂળ મનને સુવિચાર વાળું બનાવનાર અનુકૂળ છે આ અનુકૂળ કરવાથી અને મનને પવિત્ર વિચાર વાળું બનાવનારી આપુ દીર્ઘ અને છે મનુષ્યનું મન આ મધુ કરે છે

હુવનથી દીર્ઘ આયુષ્ય

યોગ્ય ઔષધિઓનું હવન કરવાથી મનુષ્ય દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરી શકે છે જુઓ—

મેવજયયશ્ચા વા યતે । તસ્માદ્વત્તુ સંધિષુ પ્રયુગ્યતે  
નતુ સંધિષુ વ્યાધિર્જાયતે । ( ગી. આ. ઉ. પ્ર. ૧૧૬ )

'આ ઔષધિઓથી યજ્ઞના શ્રદ્ધાપૂર્વક તેથી નશ્તુ એના સંધિકાળમાં કરવામાં આવે છે કારણ કે નશ્તુસંધિઓમાં વ્યાધિઓ થાય છે '

હવન કરી શેઠનિશ્ચિત્તા માટે કરી ઔષધિઓનો કરવો જોઈએ એનો વિચાર ઉપામ વેલોએ કરવો જોઈએ અને એવો હવન કરવાથી મનુષ્ય દોષમુક્ત બની જાય છે અને દીર્ઘશ્વન બની શકે છે

સુવજ્ઞ પારબુ

શરીર પર સુવજ્ઞને પારબુ કરવાથી મનુષ્ય દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરી શકે છે તેથી કહ્યું છે—

યો વિમર્તિ દાક્ષાયણં હિરણ્ય સ મનુષ્યેષુ કુણ્ણતે  
ત્રીર્થમાયુઃ । ( વા. ય. ૩૪૫૧ )

શતાનીકાય હિરણ્ય મલધર્મનું । ( અર્થ ૧૫૩૫ )

'જે દાક્ષાયણ સુવજ્ઞ શરીર પર પારબુ કરે છે, તે મનુષ્યમાં સો વર્ષની દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરે છે ' આ એક ઉપાય દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરવાનો છે આ ઉપાય દરેક કરી શકે છે શરીરની સાથે સુવજ્ઞના સ્પર્શ થાયથી એ સુવજ્ઞનું સાથે પરિણામ શરીર પર થાય છે

આ સિવાય આ પુરતકમાં અનેક પ્રકારના રોગ દૂર કરવાના ઉપાય બતાવ્યા છે મદમ, ક્ષય, જ્વર, મદમાળા, શ્વેતિય-રોગ, સંધિવાત, મૂત્રરોગ, મેતકુષ્ઠ રોગોના કૃમિઓનો નાશ વગેરે અનેક વિષય એવા છે કે જેનાં રોગનિવારણના ઉપાય કહ્યા છે તેઓ દૂર થશે ત્યારે જ આરોગ્ય વધશે અને મનુષ્યો દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરી શકશે. રોગમુખિઓના નાશ કરવાના વિષયમાં એક મહત્વની વાત કહી છે તે એ છે—

વચ્ચાદિત્વઃ કિમીન્દ્રિયં નિશ્ચોચન્દ્રિયં હસ્તુ  
રિદિમમિ । યે જ્ઞાતાઃ કિમયો માયિ ॥

( અર્થ ૨૧૩૨૧ )

'ઉદય થનારો તથા અસ્ત પામનારો સ્વયં પોતાના ઈન્દ્રિયોથી ચેત્તુ ક્રિયાઓનો નાશ કરે ' સ્વયં ઈન્દ્રિયોથી રોગના કૃમિ દૂર થાય છે આ વાત અહીં કહી છે ધર્મમાં સ્વયં ઈન્દ્રિય આવે તો ધર્મમાં આરોગ્યનું સંવર્ધન થઈ શકે છે એ વાત દરેક જ્ઞાનમાં વિશેષ યોગ્ય છે

હસ્તસ્પર્શથી રોગનાશ

હસ્તસ્પર્શથી રોગ દૂર કરવાની વિદ્યા વેદમ નોમાં કહી છે જુઓ—

આ રવાગ્નશ્વત્તાતિમિઃ મયો અરિદતાતિમિઃ ।  
દક્ષં તુ યજ્ઞમામારિય વરા વર્ષનં મુશામિ તે ॥૧॥  
અર્થ મે હસ્તો મગવાન્ અર્થ મે મગવચ્છર ।  
અર્થ મે વિશ્વમેવજોડ્ય શિવામિમર્શનઃ ॥ ૧ ॥  
હસ્તાગ્ર્યો દ્વાવાજાગ્ર્યો જિહ્વા યાચઃ પુરોગમિ ।  
અનામચિત્તુર્મ્યાં હસ્તાગ્ર્યાં તાગ્ર્યાં રવામિ  
મૃશામસિ ॥ ૭ ॥

'શાંતિદાયક યુગ્ધોડી સાથે અને વિનાશ દૂર કરનારા યુગ્ધ યુગ્ધોડી સાથે હું તમારી પાસે આવ્યો છું, હું તમારા ઉપ

બગને વધારે છે, યક્ષ્મ આદિ રોગોને દૂર કરે છે, આ મારો હાથ ભાગ્ય વધારનારો છે અને આ બીજો હાથ એનાથી પણ વધુ શક્તિશાલી છે આ મારો હાથ સ પૂર્ણ રોગોને દૂર કરનારો છે અને કલ્યાણ આપનારો છે દસ આંગીરૂપ શાખાઓ આ મારા હાથોમાં છે, જીભથી શુભ કલ્યાણ કરનારી ભાષા હું બોલુ છું અને આ નીરોગિતાને આપનારા હાથોથી તને હું રક્ષા કરે છે આ મારા હસ્તરક્ષકોથી તું નિ સંદેહ નિરોગી બની જશે. આ મારા હસ્તરક્ષકોમાં એવો પ્રભાવ છે '

હસ્તરક્ષકો આરોગ્ય પ્રદાન આ રીતે કરતા હતા આ વિદ્યા આજે પણ વધી રહી છે અને એ હસ્તરક્ષકો આરોગ્ય આપનારા આજીવન ધણાં છે એ માટે આ વિદ્યાના

વિષયમાં વધુ લખનાની આવશ્યકતા નથી મનનો દૃઢ સંકલ્પ હોવો જોઈએ, તે માનસિક દૃઢ સંકલ્પની સાથે ઉચ્ચારેલા શબ્દો તથા હસ્તરક્ષકોથી આપણા મનની શક્તિ તે રોગોમાં પહોંચે છે અને ઇષ્ટ કાર્ય કરે છે આ હસ્તરક્ષકોથી રોગ દૂર કરવાની વિદ્યા વેદમાં કહી છે એજ અહિં બતાવવાનું છે.

આ પ્રમુખે આ પુસ્તકમાં ' હીર્વજીવન અને અ રોગ્ય ' ના સંઘના કેટલક ઉપયોગી વિષય આવી ગયા છે એનો પ્રિયાર કરીને વાચકો આ અત્યાવશ્યક વિષયનું યોગ્ય અધ્યયન કરીને સ્વયં હીર્વજીવન તથા આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરીને માનવ માત્રનું હિતસાધન કરવાનું અનુષ્ઠાન કરવું માટે કેટલક થષ જશે એવી આશા રાખુ છું

પારડી }  
(જિ મુરત)

નિવેદનકર્તા  
શ્રીપાદ દામોદર માતલેકર,  
અધ્યક્ષ- રનાયાય-મ ડગ





# અથર્વવેદનો સુખોદ્ય અનુવાદ

[ ભાગ ચોથો ]

## દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય

પ્રાણુનું સંરક્ષણ કરવું

કાંડ ૧૨, સૂકત ૪

( ઋષિ:— માર્ગવો વૈદમિ. । દેવતા— પ્રાણ: । )

પ્રાણાય નમો યસ્ય સર્વૈમિદં વચ્ચે । યો મૃતઃ સર્વૈસ્પેશુરો યસ્મિન્તસર્વં પ્રતિષ્ઠિતમ્	॥ ૧ ॥
નમસ્તે પ્રાણ ક્રન્દાય નમસ્તે સ્તનયિત્વે । નમસ્તે પ્રાણ વિદ્યુતે નમસ્તે પ્રાણ વર્ષતે	॥ ૨ ॥
યત્પ્રાણ સ્તનયિત્વુનામિક્રન્દત્યોષધીઃ । પ્ર વીંયન્તે મંમીન્દધતેડયોં બહીર્વિં જાયન્તે	॥ ૩ ॥
યત્પ્રાણ ક્ષતાવાર્ગતેડમિક્રન્દત્યોષધીઃ । સર્વે તદા પ્ર મૌદુતે યત્કિં ચ ભૂમ્યામાર્ધિ	॥ ૪ ॥

અર્થ— ( યસ્ય ઘટાં ) જેના કાળુમાં ( હવેં સર્વે ) આ અધું જગત છે તેને ( પ્રાણાય નમઃ ) પ્રાણને મારા નમસ્કાર હો. ( યઃ સર્વેસ્ય ફંધરઃ ) તે પ્રાણ અધાને પ્રધર ( મૃતઃ ) છે અને ( યસ્મિન્ સર્વે પ્રતિષ્ઠિતં ) તેમાં અધું જગત રહેલું છે. [ ૧ ]

હે પ્રાણ ! ( ક્રન્દાય તે નમઃ ) મજાના કરનારા તને નમસ્કાર હો. ( સ્તનયિત્વે ) મેધ ગર્જના કરનારા તને નમસ્કાર હો. હે પ્રાણ ( વિદ્યુતે ) ચમકનારા તને નમસ્કાર અને હે પ્રાણ ! ( વર્ષતે ) વૃષ્ટિ કરનારા તને નમસ્કાર હો. [ ૨ ]

હે પ્રાણ ! ( યત્ ઓષધીઃ સ્તનયિત્વુના ક્રન્દતિ ) ન્યારે તું ઔષધિયોની સામે મહાન્ ગર્જના કરે છે, ત્યારે ઔષધિઓ ( પ્રવીંયન્તે ) તેજસ્વી થાય છે. ( ગર્માન્ દધતે ) ગર્માધારણ કરે છે અને ( યયો ઘટીઃ વિજાયન્તે ) ધણા પ્રકારે વિસ્તાર પામે છે. [ ૩ ]

હે પ્રાણ ! ( ક્ષતાૌ માર્ગતે ) વર્ષાઋતુ આવતાં જ ન્યારે તું ( ઓષધીઃ અમિ ક્રન્દતિ ) ઔષધિના ઉદ્દેશથી ગર્જના કરવા લાગે છે, ( તદ્ યત્ કિં ચ ભૂમ્યાં માર્ધિ સત્ સર્વે પ્રમોદતે ) ત્યારે સર્વ જગત આનંદિત થાય છે, જે કંઈ આ પૃથ્વીપર છે. [ ૪ ]

एकं पादं नोत्खिदति सलिलादंस उच्चरन् ।

यदङ्गं स तमुत्खिदयेन्नेवाद्य न श्वः स्यान्न रात्री नाहः स्यान्न व्युच्छेत्कदा चन ॥ २१ ॥

अष्टार्चकं वर्तत एकनेमि सहस्राक्षरं प्र पुरो नि पश्चा ।

अर्घेन विश्वं भुવનं जजान यदस्याર્घं कृतमः स केतुः ॥ २२ ॥

यो अस्य विश्वजन्मन् ईशे विश्वस्य चेष्टतः । अन्येषु क्षિप्रधन्वने तस्मै प्राणं नमोऽस्तु ते ॥ २३ ॥

यो अस्य सर्वजन्मन् ईशे सर्वस्य चेष्टतः । अतन्द्रો ब्रह्मणा धीरः प्राणो માનું તિષ્ઠતુ ॥ ૨૪ ॥

ऊर्ध्वः सुतेषु जागार ननु तिर्यङ् નિ પધતે । ન સુતર્મસ્ય સુતેષ્વનું શુશ્રાવ કશ્ચન ॥ ૨૫ ॥

प्राणं मा मत्पर्यावृतो न मदुन्यो मविष्यसि । अर्वा गर्भमिव जीवसे प्राणं वृध्नामि स्वा मयि ॥ २६ ॥

અર્થ— ( સલિલાત્ દસ ઉચ્ચારન્ ) પાણીમાંથી હ સ ખદાર આવતાં ( એક પાદ ન ઉત્ખિદતિ ) એક પગ ઉપાડતો નથી, ( અગ ) હે પ્રિય ( યત્ સ ત ઉત્ખિદેત્ ) જો તે પગ ઉપાડશે ( ન યદ અથ સ્યાન્ ન શ્વઃ ન રાત્રી ન અહ સ્યાન્ ન વ્યુચ્છેત્ કદાચન ) તો આજ કાલ રાત્રી, દિવસ, પ્રકાશ, અધાત્ કશુ જ થશે નહિ [ ૨૧ ]

( અષ્ટાર્ચક ) આઠ પૈરાળી યુક્ત ( સહસ્રાર ) અક્ષરોના કારણે બ્યક્ત ( એકનેમિ વર્તતે ) જેનું છે તેનું આ પ્રાણચક્ર ( પ્ર પુરો નિ પશ્ચા ) આગળ પાછળ બાંધે છે ( અર્ઘેન વિશ્વ ભુવન જજાન ) આપણા આત્મી બધા વિશ્વને ઉત્પન્ન કરી ( યત્ અસ્ય અર્ઘ ) તેનો જે અર્ધો ભાગ પાડી રહે છે, ( કૃતમ સ કેતુ ) તે કેતુ ચિન્હ છે ? [ ૨૨ ]

હે પ્રણી ! ( અસ્ય વિશ્વ-જન્મન ) બધાને જન્મ આપનાર અને આ બધા ( વિશ્વસ્ય ચેષ્ટત ) હલચલ કરનારા ( યા ઈશે ) જગતનો જે હથ છે બધા ( અન્યેષુ ) બીજાનાં ( ક્ષિપ્ર-ધન્વને તમ ) સીપ્રગતિવાળા તને નમન હો [ ૨૩ ]

( યા અસ્ય સર્વજન્મન ) જન્મ ધારણ કરનારા અને ( ચેષ્ટત સર્વસ્ય ) હલચલ કરનારા બધાનો જ ( ઈશે ) સ્વામી છે તે પૈર્ધર્મ્ય પ્રાણ ( અતન્દ્ર ) આળસ છોડી, ( બ્રહ્મણા ધીર ) આત્મશક્તિથી યુક્ત થતો પ્રાણ ( મા ) મારી પાસે ( અનુતિષ્ઠતુ ) સહા રહે [ ૨૪ ]

( સુતેષુ ) બધા ઉપી ગયા પછી પણ આ પ્રણ ( ઊર્ધ્વ ) ઉભો રહી ( જાગાર ) બેસત રહે છે ( નનુ તિર્યઙ્ નિપધતે ) મેહ પણ વખત ત્રાસો-વાંકો પડતો નથી, ( સુતેષુ અસ્ય સુત ) બધા ઉપી ગયા પછી તેનું ઉપી જવું ( કશ્ચન ન મનુશુશ્રાવ ) મેહને સાંભળ્યું નથી [ ૨૫ ]

હે પ્રાણી ! ( મત્ મા પર્યાવૃત્ ) મારાથી ધ્રુવ ન થા ( ન મત્ અન્ય મવિષ્યસિ ) મારાથી દૂર જતો નહીં, ( જીવસે અર્વા ગર્ભમિવ ) પાણીના ગર્ભની જેમ હે પ્રાણ ! ( જીવસે મયિ ત્વા વૃધ્નામિ ) જીવન માટે તને મારામાં બાંધુ છું [ ૨૬ ]

## પ્રાણુનું સંરક્ષણ કરવું

### પ્રાણુનું મહત્વ

પ્રાણુની અથવા પ્રાણુ વિષે જે વિદ્યા હોય છે તેને ‘પ્રાણ-વિદ્યા’ કહે છે. મનુષ્યોને બીજી બધી વિદ્યા કરતાં પ્રાણ-વિદ્યાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. મનુષ્યના શરીરમાં ભૌતિક અને અભૌતિક અનેક શક્તિઓ છે. તે બધી શક્તિઓમાં પ્રાણશક્તિનું મહત્ત્વ સર્વોત્ક્રમ છે. ( બધી બીજી ) શક્તિઓનો અસ્ત થયા પછી પણ પ્રાણશક્તિ કાપી કાપી રહે છે, પરંતુ પ્રાણનો અસ્ત થયા પછી બીજી કોઈ અન્ય શક્તિ કાપી કરના રહી શકતી નથી આવી રીતે પ્રાણનું મહત્ત્વ પોતેજ સ્પષ્ટ થાય છે.

આ સૂક્તના પ્રથમ મંત્રમાં ‘પ્રાણ’ શબ્દથી પરમેશ્વરની વિશ્વવ્યાપક જીવનશક્તિ ( Life, energy ) કહેલી છે. આ બધી દુનિયા આ પરમાત્માની જીવનશક્તિના આધીન આ સર્વ સંસાર છે, તેના આધારે રહી છે અને તેથી જ આખા વિશ્વનું નિયંત્રન થતું આવ્યું છે. સમગ્ર દૃષ્ટિએ પ્રાણનું રાજ્ય બધે જ છે, બધી દૃષ્ટિએ પણ પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં પણ પ્રાણનું જ અધિપત્ય છે. પ્રાણીમાત્રના પ્રત્યેક શરીરમાં જે જે ઇન્દ્રિયા-દિક્ષક્તિઓ છે તેમજ જીવા જીવા ઇન્દ્રિયા અને અવયવો છે, તે બધા પ્રાણના તાબે છે. પ્રાણના આધીન બધું શરીર છે. શરીરમાં પ્રાણ જ બધા ઇન્દ્રિયા અને અવયવોનો મુખ્ય છે. કારણકે તેના આધારે જ આખા શરીરને પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રાણ વગર આ શરીરની સ્થિતિ જ રહી શકતી નથી એટલે પ્રાણને વશ કરવાથી સંપૂર્ણ શરીર નિરાશી અને મજબૂત બની શકે છે અને જો પ્રાણ નિર્બળ થાય તો બધું શરીર નિર્બળ બને છે, માટે પ્રાણને સ્વચ્છ કરી લેવાની જરૂરી છે.

આપણા શરીરમાં શ્વાસ છિન્નવાસ રૂપે પ્રાણ આવી રહ્યો છે અને જનમથી મરણ સુધી તે આ કાચું કરતો રહેશે, બધા ઇન્દ્રિયા અને અવયવો મરી ગયા પછી પણ યોગ્ય વખત સુધી પ્રાણ કાચું કરતો રહે છે. તેથી બધામાં પ્રાણ કુખ્ય અને બધાનો આધાર છે. આપણા પ્રાણને કૃત શ્વાસરૂપ ન સમજવો પણ તેને શ્રેષ્ઠ સ્વચ્છકૃતિનો અંશ સમજવું યોગ્ય થશે. મનની છન્નશક્તિથી પ્રેરિત પ્રાણ બધા શરીરનું આરામ પ્રાપ્ત કરવામાં સમર્થ થાય છે, આ દૃષ્ટિએ પ્રાણનું

મહત્ત્વ બધા શરીરમાં વધારે છે. તેના મહત્ત્વને સમજી હંમેશા મનમાં ધારણ કરવું જોઈએ. “ પોતાના પ્રાણના આધીન આરંભ આપું ” શરીર છે, પ્રાણના કારણે તે સ્થિર રહે છે અને તેની બધી હલચલ પ્રાણની પ્રેરણાથી થાય છે. આ પ્રકારે હું પ્રાણની ઉપાસના કરીશ અને તેને પોતાને વશ કરીશ, પ્રાણીવામથી તેને પ્રસન્ન કરી, કાબૂમાં લાવેલા પ્રાણ વડે છન્નજનરૂપે પોતાના શરીરમાં કાચું કરીશ. ” આ ભાવના મનમાં ધારણ કરી આપણી પ્રાણશક્તિનું ચિંતન કરવું જોઈએ.

આ પ્રાણ જેમ શરીરમાં છે તેમજ બહાર પણ છે, તે વિષે બીજો મંત્ર જોવા જેવો છે.

આ બીજા મંત્રમાં કેવળ મનના કરનાર વાદળાનું નામ ‘ક્લમ્’ આપ્યું છે. મોટી મનના અને વિચળીનો વળકાટ જેમનાથી થાય છે તે વાદળાઓને ‘સ્તનયિત્વ’ કહે છે, જેમાં વિચળી પછી ચમકે છે તેને ‘ચિદ્રુત્’ કહે છે અને વરસાદ વરસનાર મેઘને ‘સર્વત્’ નામ છે. આ બધા મેઘો અંતરિક્ષમાં પ્રાણવાયુને ધારણ કરે છે અને જલિ વડે તે પ્રાણ આ પૃથ્વી ઉપર આવે છે અને જલ-વનસ્પતિઓમાં સંચારિત થાય છે.

ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે અંતરિક્ષ રચાનાર પ્રાણ જલિ દ્વારા ઔષધિ-વનસ્પતિઓમાં આવી વનસ્પતિનો વિસ્તાર કરે છે, પ્રાણની આ શક્તિ જોવા લાયક છે.

જલિ દ્વારા પ્રાપ્ત થનારા પ્રાણની શક્તિથી કૃત જલ વનસ્પતિ જ પ્રકૃતિસત્ થાય છે એમ નહિ, પણ અન્ય જીવ, જંતુ, પ્રાણીઓ પણ આનંદિત થાય છે. મનુષ્ય પોતે તેનો અનુભવ કરી શકે છે. એમ ત્રીજા મંત્રનું કહેવું છે.

અંતરિક્ષમાં રહેલા પ્રાણનું કાચું આ યુગ્મ યોગ્ય અને પાંચમાં મંત્રમાં પાઠકા જોઈ શકે છે અને દુનિયામાં આ પ્રાણનું કેટલું મહત્ત્વ છે તેનો અનુભવ કરી શકે છે. પ્રથમ મંત્રમાં પ્રાણનું સામાન્ય સ્વરૂપ વર્ણવ્યું છે, તેની અંતરિક્ષ રચનાથી એક વિશ્વવૃત્તિ અહીં જતાવી છે. હવે તેની વૈવકિત્ય વિશ્વવૃત્તિ સાતમાં અને આઠમાં મંત્રમાં જતાવવામાં આવે છે.

શ્વાસની સાથે પ્રાણનું અંદર મગન થાય છે અને

યદા પ્રાણો અમ્બર્વર્ષીદુર્વેણપૃથિર્વી પ્રહીમ્ । પશુવસ્તસ્ત્ર મોદન્તે મહો વૈ નો મચિષ્યતિ ॥ ૫ ॥

અમિર્ષ્ટા ઓર્પધયઃ પ્રાણેન સર્મવાદિરન્ । આયુર્વૈ નઃ પ્રાવીતરઃ સર્વી નઃ સુરમીરકઃ ॥ ૬ ॥

નમસ્તે અસ્ત્વાયતે નમો અસ્તુ પરાયતે । નમસ્તે પ્રાણ તિષ્ઠત આસીનાયોત તે નમઃ ॥ ૭ ॥

નમસ્તે પ્રાણ પ્રાણતે નમો અસ્ત્વપાનતે ।

પરાચીનાય તે નમઃ પ્રતીચીનાય તે નમઃ સર્વેસ્મૈ ત દ્વદં નમઃ ॥ ૮ ॥

યા તે પ્રાણ પ્રિયા તનુયો તે પ્રાણ પ્રેયસી । અયો યદ્વૈપુર્ણં તથ તસ્ય નો ઘેહિ જીવસે ॥ ૯ ॥

પ્રાણઃ પ્રજા અનુ વસ્તે પિતા પુત્રમિવ પ્રિયમ્ । પ્રાણો હ સર્વેસ્વેશ્વરો યદ્યં પ્રાણતિ યદ્ ન ॥ ૧૦ ॥

પ્રાણો મૃત્યુઃ પ્રાણસ્તુકમા પ્રાણં દેવા ઉપાસતે । પ્રાણો હ સત્યવાદિનંમુત્તમે લોક આ દંધત્ ॥ ૧૧ ॥

પ્રાણો વિરાટ્ પ્રાણો દેદ્રી પ્રાણં સર્વ ઉપાસતે । પ્રાણો હ સર્વેશ્વન્દ્રમાઃ પ્રાણમાહુઃ પ્રજાપતિમ્ ॥ ૧૨ ॥

અર્થ— ( યદા પ્રાણઃ ) જ્યારે પ્રાણ ( ઘર્વેણ મહીં પૃથિર્વી અમ્બર્વર્ષીત્ ) શ્રુતિ દ્વારા આ મહાન બૂમિ ઉપર વરસાદ વરસાને છે ( તત્ પશુઃ પ્રમોદન્તે ) ત્યારે પશુ હર્ષિત થાય છે, ( અને સમને છે કે ) ખાતીથી હવે ( નઃ ) ઘેઃ મહઃ મચિષ્યતિ ) અમારી બધાની શક્તિ, ધરો, [ ૫ ]

( અમિ ષુદ્ધાઃ ઓર્પધયઃ ) ઔષધિ ઉપર શ્રુતિ થયા પછી ઔષધિઓ ( પ્રાણેન સમવાદિરન્ ) પ્રાણની ભેડે વાતચિત કરે છે કે, હે પ્રાણ ! ( નઃ આયુઃ વૈ પ્રાવીતરઃ ) તે અમારું જીવન વધાવું છે અને અમને બધાને ( સુરમી ) સુખમયુક્ત ( અકઃ ) કર્યાં છે. [ ૬ ]

( નમસ્તે તે નમઃ અસ્તુ ) આગમન કરનારા પ્રાણના માટે નમસ્કાર હો ! ( પરાયતે નમઃ અસ્તુ ) ગમન કરનારા પ્રાણના માટે નમસ્કાર હો ! હે પ્રાણ ( તિષ્ઠતે ) સ્થિત રહેનાર અને ( આસીનાય તે નમઃ ) બેસનારા પ્રાણને નમસ્કાર હો ! [ ૭ ]

હે પ્રાણ ( પ્રાણતે ) જીવનનું કાર્ય કરનારા તને નમસ્કાર હો. ( અપાસતે ) અપાનનું કાર્ય કરનારા તારા માટે નમસ્કાર હો. ( પરાચીનાય ) આગળ પ્રગતિ કરનારા અને ( પ્રતીચીનાય ) પાછળ હટનારા પ્રાણને નમસ્કાર હો. ( સર્વેસ્મૈ ત દ્વદં નમઃ ) બધું કાર્ય કરનારા તારા માટે અમારો નમસ્કાર હો ! [ ૮ ]

હે પ્રાણ ( યા તે પ્રિયા તનુઃ ) જે મારું પ્રાણમય પ્રિય શરીર છે, ( યા તે પ્રેયસી ) અને જે તારો ( મૃત્યુપાન ૬૫ ) પ્રિય ભાગ છે તેમજ ( અયો યદ્ તથ મેયજં ) જે તારી દવા છે, તે ( નીલસે નઃ ઘેહિ ) દીર્ઘ જીવન માટે અમને આપો. [ ૯ ]

( પિતા મિયં પુર્ણં હવ ) જે અમારો પ્રિય પુત્રની ભેડે પિતા રહે છે તેજ પ્રકારે ( પ્રાણઃ પ્રજાઃ અનુવસ્તે ) બધી પ્રજાઓ સાથે પ્રાણ રહે છે. ( યત્ પ્રાણિતિ ) જે પ્રાણ ધારણ કરે છે અને ( યત્ ચ ન ) જે ધારણ કરતા નથી, ( પ્રાણઃ સર્વેસ્વેશ્વરઃ ) તે બધાનો પ્રાણ કબજે જ છે. [ ૧૦ ]

( પ્રાણઃ મૃત્યુઃ ) પ્રાણ જ મૃત્યુ છે અને ( પ્રાણઃ તુકમા ) પ્રાણ જ જીવનની શક્તિ છે, માટે ( પ્રાણો દેવાઃ ઉપાસતે ) બધા દેવા પ્રાણની ઉપાસના કરે છે. ( પ્રાણો હ સત્યવાદિનં ) કશું કે સત્યવાદીને પ્રાણ જ ( વત્તમે લોકે ધાદધત્ ) ઉત્તમલીકર્મા પહેંચારે છે. [ ૧૧ ]

પ્રાણ ( વિ રાજ ) વિશેષ તેજસ્વી છે. અને પ્રાણ જ ( દેદ્રી ) બધાનો પ્રેરક છે માટે ( પ્રાણં સર્વે ઉપાસતે ) પ્રાણની બધા ઉપાસના કરે છે, સૂરજ, ચંદ્રમા અને પ્રજાપતિ પણ ( પ્રાણં આહુઃ ) પ્રાણ જ છે. [ ૧૨ ]



પ્રાણાપાનો વ્રીહિયવાવેનદ્વાન્પ્રાણ ઉચ્યતે । યવે હ પ્રાણ આહિતોડપાનો વ્રીહિરુચ્યતે ॥ ૧૩ ॥  
 અપાનતિ પ્રાણતિ પુરુષો ગર્ભે અન્તરા । યદા ત્વં પ્રાણ જિન્વસ્યથ સ જાયતે પુનઃ ॥ ૧૪ ॥  
 પ્રાણમાહુર્માતરિશ્વાનં વાતોં હ પ્રાણ ઉચ્યતે । પ્રાણે હં મૂતં મર્ચ્યં ચ પ્રાણે સર્વં પ્રતિષ્ઠિતમ્ ॥ ૧૫ ॥  
 આયર્વર્ણારાક્ષિરસીર્દેવૈર્મનુપ્યજા ઉત । ઓષધયઃ પ્ર જાયન્તે યદા ત્વં પ્રાણ જિન્વસિ ॥ ૧૬ ॥  
 યદા પ્રાણો અમ્યર્વર્ણાદ્વર્ણે પૃથિર્વી મહીમ્ । ઓષધયઃ પ્ર જાયન્તેડ્યો યાઃ કાશ્ચ વીરુષઃ ॥ ૧૭ ॥  
 યસ્તે પ્રાણેદં વેદુ યસ્મિન્પ્રાણિ પ્રતિષ્ઠિતઃ । સર્વે તસ્મૈ વર્લિં હરાન્મુર્ધ્નિલ્લોક ઉત્તમે ॥ ૧૮ ॥  
 યથા પ્રાણ વલિહુતસ્તુમ્યં સર્વાઃ પ્રજા ઇમાઃ । યવા તસ્મૈ વર્લિં હરાન્યસ્ત્વા ઘ્રૂણવંત્સુશ્રવઃ ॥ ૧૯ ॥  
 અન્તર્ગર્ભશ્ચરતિ દેવતાસ્વામૃતો મૂતઃ સ ઉ-જાયતે પુનઃ । ॥ ૨૦ ॥  
 સ મૂતો મર્ચ્યં મવિષ્યત્પિતા પુત્રં પ્ર વિવેશા શર્ચીભિઃ ॥ ૨૦ ॥

ત્રી. અર્થ—( પ્રાણાપાનો વ્રીહિયવૌ ) પ્રાણ અને અપાન, ચોખા અને જવ છે, ( યવદ્વાન્ ) બળદ જ ( પ્રાણઃ ઉચ્યતે ) મુખ્ય પ્રાણ છે. ( યવે હ પ્રાણઃ આહિતઃ ) જવમાં પ્રાણ રાખ્યા છે અને ( વ્રીહિઃ અપાનઃ ઉચ્યતે ) ચોખાને અપાન કહે છે. [ ૧૩ ]

( પુરુષઃ ગર્ભે અન્તરા ) એવ ગર્ભની અંદર ( પ્રાણતિ અપાનતિ ) પ્રાણ અને અપાનની ક્રિયાઓ કરે છે. હે પ્રાણ ! ન્યારે તું ( જિન્વસિ ) પ્રેરણા કરે છે, ત્યારે તે ( અથ સઃ પુનઃ જાયતે ) એવ ફરી ઉત્પન્ન થાય છે. [ ૧૪ ]

( પ્રાણં માતરિશ્વાનં આહુઃ ) પ્રાણને માતરિશ્વા કહે છે અને ( વાતોં હ પ્રાણઃ ઉચ્યતે ) વાયુનું નામ જ છે પ્રાણ. ( મૂતં મર્ચ્યં હ ચ પ્રાણે ) મૂત, ભવિષ્ય અને જે કંઈ વર્તમાનકાલમાં છે તે બધું જ પ્રાણમાં ( સર્વં પ્રતિષ્ઠિતં ) રહે છે. [ ૧૫ ]

હે પ્રાણ ( યદા ) ન્યાર સુધી તું ( જિન્વસિ ) પ્રેરણા કરે છે, ત્યાર સુધી જ આયર્વર્ણા, આગિરસ, દેવી અને મનુષ્યકૃત ( ઓષધયઃ ) ઔષધીઓ, ( પ્રજાયતે ) રજા આપે છે. [ ૧૬ ]

( યદા પ્રાણઃ મર્હાં પૃથિર્વી અમ્યર્વર્ણા ) ન્યારે પ્રાણ આ મોટો પૃથ્વી ઉપર રજી કરે છે ત્યારે ( ઓષધયઃ વીરુષઃ યાઃ કાઃ ચ પ્રજાયન્તે ) ઔષધીઓ વનસ્પતિઓ વધી જાય છે. [ ૧૭ ]

હે પ્રાણ ! ( યઃ તે દદં વેદ ) જે પ્રાણસ તારી આ શકિતને બાજુ છે અને ( યસ્મિન્ પ્રતિષ્ઠિતઃ અસિ ) જે પ્રાણસોમાં તું પ્રતિષ્ઠિત છે, ( તસ્મૈ સર્વે વર્લિં હરાન્ ) તે પ્રાણસ માટે ઉત્તમ લોકમાં બધા જ સત્કાર સમર્પણ કરે છે. [ ૧૮ ]

હે પ્રાણ ! ( યથા ) જે પ્રકારે આ ( તુમ્યં સર્વાઃ ઇમાઃ પ્રજાઃ વલિહુતઃ ) બધા અજાનનો તારો સત્કાર કરે છે, કે ( યઃ ) જે ( સુશ્રવાઃ ) ઉત્તમ યશસ્વી અને ( સ્વા ) તારું સામર્થ્ય ( ઘ્રૂણવન્ ) સાંભળે છે, ( તસ્મૈ વર્લિં હરાન્ ) તેને માટે પણ બળી આપે છે. [ ૧૯ ]

( દેવતાસુ આમૃતઃ ) ઇદ્રિયો વગેરેમાં જે વ્યાપક પ્રાણ છે, ( અન્તઃ ગર્ભઃ ચરતિ ) ગર્ભની અંદર ચામે છે. જે ( મૂતઃ ) પહેલાં થયેા દત્તો ( સઃ ) તેજઃ પુનઃ જાયતે ) ફરી નિર્માણ થાય છે. જે ( મૂતઃ ) પહેલાં થયેા દત્તો ( સઃ ) તે જ ( મર્ચ્યં મવિષ્યત્ ) દાસ થાય છે અને પછી પણ થયેા પિતા ( શર્ચીભિઃ ) પોતાની બધી શકિત વડે ( પુત્રં મવિ-વેશ ) પુત્રમાં પ્રવેશ કરે છે. [ ૨૦ ]

एकं पादं नोत्तिष्ठति सलिलाद्धंस उच्चरन् ।

यद्वह्न स तर्षत्पिदेसैवाद्य न श्वः स्याद्य रात्री नार्हः स्यान्न व्युच्छेत्कदा चन ॥ २१ ॥

अष्टार्चकं वर्तत एकनेमि सहस्राक्षं प्र पुरो नि पश्चा ।

अर्धेन विश्वं ધુર્વનં જજાન યદસ્યાર્ધ કંતમઃ સ કેતુઃ ॥ ૨૨ ॥

यो अस्य विश्वजन्मन ईशे विश्वस्य चेष्टतः । अन्येषु सિप्रवन्वने, तस्मै प्राण नमोऽस्तु ते ॥ २३ ॥

यो अस्य सर्वजन्मन ईशे सर्वस्य चेष्टतः । अतन्द्रો નર્મણા ધીરઃ પ્રાણો માર્તુ તિષ્ઠતુ ॥ ૨૪ ॥

ऊर्ध्वः सुतेषु जागार ननु तिर्यङ् नि पश्यते । न सुप्तस्य सुप्तेषु शुश्राव कश्चन ॥ २५ ॥

પ્રાણ મા મંત્પર્યાર્ણતો ન મદુન્યો મંવિષ્યસિ । અર્ધાં ગર્ભમિવ જીવસે પ્રાણ વઝામિ ત્વા મર્યે ॥ ૨૬ ॥

અર્થ— ( સલિલાત્ હંસ ઉચ્ચારન્ ) પાણીમાંથી હંસ નહાર આવતાં ( એક પાદં ન ઉત્તિષ્ઠતિ ) એક પગ ઉપાડતો નથી, ( અન ) હે પ્રિય ( યદ્ વહ્ન સ તં ઉત્તિષ્ઠતેન્ ) ને તે પગ ઉપાડશે ( ન યદ્ અદ્ય સ્યાત્ ન શ્વઃ ન રાત્રી ન અહ સ્યાત્ ન દ્યુચ્છેત્ કદાચન ) તો આજ, કાલ, રાત્રી, દિવસ, પ્રસાદ, અધારે કશું જ થશે નહિ. [ ૨૧ ]

( અષ્ટાર્ચકં ) આઠ પૈરાળી ધુકન ( સહસ્રાર્ચં ) અક્ષરોના કારણે બ્યક્ત ( એકનેમિ વર્તતે ) જેનું છે તેનું આ પ્રાણુયક ( પ્ર પુરઃ નિ પશ્ચા ) આગળ પાછળ ચાલે છે ( અર્ધેન વિશ્વં ધુર્વનં જજાન ) અડધા ભાગથી બધા વિશ્વને ઊત્પન્ન કરી ( યત્ અસ્ય અર્ધ ) તેના જે અડધા ભાગ આકરી રહે છે, ( કંતમઃ સ કેતુઃ ) તે કેતુ ચિન્હ છે ? [ ૨૨ ]

હે પ્રાણુ ! ( અસ્ય વિશ્વ-જન્મનઃ ) બધાને જન્મ આપનાર અને આ બધા ( વિશ્વસ્ય ચેષ્ટતઃ ) હંકચન કરનારા ( યા ઈશો ) જગતનો જે ઇશ છે, બધા ( અન્યેષુ ) ખીખમાં ( ક્ષિપ્ર-ચન્વને નમ ) શીઘ્રગતિવાળા તને નમન હો [ ૨૩ ]

( યા અસ્ય સર્વજન્મન ) જન્મ કારણ કરનારા અને ( ચેષ્ટતઃ સર્વસ્ય ) હંકચન કરનારા બધાનો જ ( ઈશો ) સ્વામી છે તે પૈર્ધેન પ્રાણુ ( અતન્દ્રઃ ) આળસ ઊઠી, ( જહ્નના ધીર ) આત્મશક્તિથી ધુકત થતો પ્રાણુ ( મા ) મારી પાસે ( અનુતિષ્ઠતુ ) સદા રહે [ ૨૪ ]

( સુતેષુ ) બધા ઉપી ગયા પછી પણ આ પ્રાણુ ( ઊર્ધ્વ ) ઉભો રહી ( જાગાર ) જાગૃત રહે છે. ( નનુ તિર્યદ્ નિવચતે ) કાંઈ પણ વખત ત્રસો-વાકો પડતો નથી, ( સુતેષુ અસ્ય સુપ્ત ) બધા ઉપી ગયા પછી તેનું ઉપી જવું ( કશ્ચન ન અનુસુધાધ ) કોઈએ સંભાળ્યું નથી. [ ૨૫ ]

હે પ્રાણુ ! ( મત્ મા પર્યાવૃત ) મારાથી પૃથક્ નથી ( ન મત્ અન્ય મંવિષ્યસિ ) મારાથી દૂર જતો નહીં, ( જીવસે અર્ધાં ગર્ભે દ્યવ ) પાણીના ગર્ભની જેમ, હે પ્રાણુ ! ( જીવસે મર્યે ત્વા વઝામિ ) જીવન માટે તને મારામાં બંધી છું [ ૨૬ ]

## પ્રાણનું સંરક્ષણ કરવું

### પ્રાણનું મહત્વ

પ્રાણની અથવા પ્રાણ વિષે જે વિદ્યા હોય છે તેને, 'પ્રાણ-વિદ્યા' કહે છે. મનુષ્યોને બીજી બધી વિદ્યા કરતાં પ્રાણ-વિદ્યાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. મનુષ્યના શરીરમાં ભૌતિક અને અભૌતિક અનેક શક્તિઓ છે. તે બધી શક્તિઓમાં પ્રાણશક્તિનું મહત્ત્વ સર્વતોપરિ છે. (બધી બીજી) શક્તિઓનો અસ્ત થયા પછી પણ પ્રાણશક્તિ કાપે કરે છે, પરંતુ પ્રાણનો અસ્ત થયા પછી બીજી કોઈ અન્ય શક્તિ કાપે કરવા રહી શકતી નથી. આથી રીતે પ્રાણનું મહત્ત્વ પોતેજ સ્પષ્ટ થાય છે.

આ સૂક્તતા પ્રથમ મંત્રમાં 'પ્રાણ' શબ્દથી પરમેશ્વરની વિશ્વવ્યાપક જીવનશક્તિ (Life, energy) કહેલી છે. આ બધી દુનિયા આ પરમાત્માની જીવનશક્તિના આધીન આ સર્વ સંસાર છે. તેના આધારે રહી છે અને તેથી જ આખા વિશ્વનું નિર્વચન થતું આપ્યું છે. સમગ્રિ દૃષ્ટિએ પ્રાણનું રાજ્ય બધે જ છે. બૃષ્ટિ દૃષ્ટિએ પણ પ્રત્યેક બ્યક્તિમાં પણ પ્રાણનું જ અધિપત્ય છે. પ્રાણમાત્રના પ્રત્યેક શરીરમાં જો ને હૃદિયાદિકશક્તિઓ છે તેમજ જીવા જીવા હૃદિયો અને અવયવો છે, તે બધા પ્રાણના તાબે છે. પ્રાણના આધીન બધું શરીર છે. શરીરમાં પ્રાણ જ બધા હૃદિયો અને અવયવોનો મુશ્વર છે. કારણકે તેના આધારે જ આખા શરીરને પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત થય છે. પ્રાણ વગર આ શરીરની રિથિતિ જ રહી શકતી નથી એટલે પ્રાણને વશ કરવાથી સંપૂર્ણ શરીર નિરોગી અને મજબૂત બની શકે છે અને જો પ્રાણ નિર્બળ થાય તો બધું શરીર નિર્બળ બને છે. માટે પ્રાણને સ્વાધીન કરી લેવાની જરૂરી છે.

આપણા શરીરમાં આસ હિંચવાસ રૂપે પ્રાણ આવી રહ્યો છે અને જનમથી મરણ સુધી તે આ કાચ કરતો રહેશે, બધા હૃદિયો અને અવયવો મરી ગયા પછી પણ થોડા વખત સુધી પ્રાણ કાપે કરતો રહે છે. તેથી બધામાં પ્રાણ મુખ્ય છે અને બધાનો આધાર છે. આપણા પ્રાણને ફક્ત આસરજ ન સમજવો પણ તેને શ્રેષ્ઠ હિંચશક્તિનો અંશ સમજવું થોડું યશી. મનની હિંચશક્તિથી પ્રેરિત પ્રાણ બધા શરીરનું આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવામાં સમર્થ થાય છે, આ દૃષ્ટિએ પ્રાણનું

મહત્ત્વ બધા શરીરમાં વધારે છે. તેના મહત્ત્વને સમજી દેશો મનમાં ધારણ કરવું જોઈએ. "પોતાના પ્રાણના આધીન મારું આપું" શરીર છે, પ્રાણના કારણે તે રિથર રહે છે અને તેની બધી દલયલ પ્રાણની પ્રેરણાથી થાય છે. આ પ્રકારે હું પ્રાણની ઉપાસના કરીશ અને તેને પોતાને વશ કરીશ, પ્રાણાયામથી તેને પ્રસન્ન કરી, કાબૂમાં લાવેશ પ્રાણ વડે હિંચાનુરૂપ પોતાના શરીરમાં કાચે કરીશ." આ ભાવના મનમાં ધારણ કરી આપણી પ્રાણશક્તિનું ચિંતન કરવું જોઈએ.

આ પ્રાણ જેમ શરીરમાં છે તેમજ બહાર પણ છે, તે વિષે બીજો મંત્ર જોવા જોવો છે.

આ બીજા મંત્રમાં કેવળ મર્જના કરનાર વાદળાનું નામ 'મૃત્યુ' આપ્યું છે. મોટી મર્જના અને વિજળીનો અગાધ જોમનાથી થાય છે તે વાદળાઓને 'સ્તનયિતુ' કહે છે, જેમાં વિજળી મણી ચમકે છે તેને 'વિદ્યુત્' કહે છે અને વરસાદ વરસનાર મેઘને 'ધર્વત્' નામ છે. આ બધા મેધો અંતરિક્ષમાં પ્રાણવાયુને ધારણ કરે છે અને વૃષ્ટિ વડે તે પ્રાણ આ પૃથ્વી ઉપર આવે છે અને વૃક્ષ-વનસ્પતિઓમાં સંચારિત થાય છે.

ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે અંતરિક્ષ રથાનનો પ્રાણ વૃષ્ટિ દ્વારા ઔષધિ-વનસ્પતિઓમાં આવી વનસ્પતિનો રિસ્તાર કરે છે, પ્રાણની આ શક્તિ જોવા લાયક છે.

વૃષ્ટિ દ્વારા પ્રાપ્ત થનારા પ્રાણની શક્તિથી ફક્ત વૃક્ષ વનસ્પતિ જ પ્રકૃતિજ થાય છે એમ નહિ, પણ અન્ન જીવ, જંતુ, પ્રાણીઓ પણ આનંદિત થાય છે. મનુષ્ય પોતે તેનો અનુભવ કરી શકે છે. એમ ત્રીજા મંત્રનું કહેવું છે.

અંતરિક્ષમાં રહેલા પ્રાણનું કાચું આ મુખ્ય યોધા અને પાંચમાં મંત્રમાં પાઠકો જોઈ શકે છે અને દુનિયામાં આ પ્રાણનું કેટલું મહત્ત્વ છે તેનો અનુભવ કરી શકે છે. પ્રથમ મંત્રમાં પ્રાણનું સામાન્ય સ્વરૂપ વર્ણવ્યું છે, તેની અંતરિક્ષ રથાનીય એક વિભૂતિ અહીં બતાવી છે. હવે તેની વૈવકિત્ય વિભૂતિ સાતમા અને આઠમા મંત્રમાં બતાવવામાં આવે છે.

આસની સાથે પ્રાણનું અંદર મગન થાય છે અને

ઉત્ક્રાંતીમાં આવે તે બહાર આવે છે. પ્રાણાયામના રેચક અને પૂરકનો ભોગ 'આયત્ત્વ પરાયત્ત્વ' આ બે શબ્દો વડે થાય છે, રિચર 'તિષ્ઠત્ત્વ' રહેનારા પ્રાણી કુંભકને ભોગ થાય છે અને બાકી કુંભનું યાન 'આસીન' પદ્ધતિ થાય છે. (૧) પૂરક, (૨) કુંભક, (૩) રેચક અને (૪) બાકી કુંભક આ પ્રાણાયામના ચાર ભાગ છે. આ ચારે ભાગ મળી પરિપૂર્ણ પ્રાણાયામ થાય છે. તેનું વર્ણન આ મંત્રમાં ' (૧) આયત્ત્વ, (૨) તિષ્ઠત્ત્વ (૩) પરાયત્ત્વ, (૪) આસીન ' આ ચાર શબ્દો વડે થયું છે. જે અંદર આચાર્ય પ્રાણ હોય છે, તેને 'આયત્ત્વ પ્રાણ' કહે છે, તેજ પૂરક પ્રાણાયામ છે. આવવા જવવાની ગતિનો નિયંત્રક કરી પ્રાણને અંદર રિચર કરવામાં આવે છે તેને 'તિષ્ઠત્ત્વ પ્રાણ' કહે છે. આજ કુંભક અથવા અંતઃકુંભક પ્રાણાયામ હોય છે. જે અંદરથી બહાર જાય છે, તેને 'પરાયત્ત્વ પ્રાણ' કહે છે, તેજ રેચક પ્રાણાયામ છે. જ્યો પ્રાણ રેચક દ્વારા બહાર કાઢવા પછી તેને બહાર જ બેસાડવો તેને 'આસીન પ્રાણ' કહે છે, તેજ બાકીકુંભક છે. પ્રાણાયામના આ ચાર ભાગ છે. આ ચારેના અભ્યાસથી પ્રાણ વધ થાય છે. આજ તે પ્રાણ દેવતાને પ્રસન્ન કરવાનો ઉપાય છે. આજ પ્રાણો પાસનાનો નિધિ છે.

જે નાકના રસ્તે છાતીમાં પહેલે છે તેનું નામ પ્રાણ છે. દુદીના નીચે ગુદાના દાર મુધી કાપ કરે છે તેને અપાન કહે છે. તેમનાજ બીજા બે નામો 'પ્રાણીન' અને 'પ્રણીચીન' પ્રાણ એમ પણ છે. પ્રાણને સ્વાધીન કરવાનો અર્થ પ્રાણ અને અપાનને સ્વાધીન કરવું એમ છે અપાનને સ્વાધીન કરવાથી મયમત્ર ક્રિયા સારી રીતે થાય છે અને પ્રાણની સ્વાધીનતાથી રક્તની શુદ્ધિ થાય છે. આ પ્રકારે બંનેને કાળુ-માં લાવવાથી સારીરનું આરોગ્ય સિદ્ધ થાય છે. આ પ્રકારે પ્રાણ સ્વાધીન કરવાથી આપ્ત કરી પ્રાણના આધિન છે, તેનો અનુભવ થાય છે. તેજ કારણે મંત્રમાં કહ્યું છે કે 'સર્વસૈ ત હૃદં નમઃ.' એટલે 'તુંજ સર્વ' કહે છે. તેથી તારો સહકાર કરે' છુ. 'સારીરનો કાષ્ઠ પણ ભાગ પ્રાણશક્તિ વિના કાપ કરી શકે નથી તેથી સર્વ અવયવોમાં સર્વ પ્રકારનું કાપ કરનાર પ્રાણનો હૃદયના સહકાર કરવો જોઈએ. હરેક પ્રાણસે પોતાના પ્રાણની આ શક્તિનું પ્થાન કરવું. વિશ્વાસપૂર્વક તે શક્તિનું સ્મરણ કરવું, કારણ કે તે ઉપર પોતાનું આરોગ્ય અવલમ્બિત છે. આ પ્રણયશક્તિનું એટલું અદ્ભુત છે કે તેની

જ દાજરીમાં બીજી દવાઓ કામ કરી શકે છે. પણ પ્રાણશક્તિ જો નિર્મલ થાય તો કાષ્ઠ ઔષધ કાપ કરી શકતું નથી. પ્રાણ જ સર્વ ઔષધિઓની ઔષધિ છે એ વાત નવમા મંત્રમાં કહેલી છે.

અજમય, પ્રાણમય, મનોમય, વિદ્યાનમય અને આનંદમય પાંચ કાષ્ઠ છે. તેમને પાંચ સરીર પણ કહી શકાય છે. આ પાંચ સરીરોમાંથી 'પ્રાણમય સરીરનું' વર્ણન આ મંત્રમાં કર્યું છે 'પ્રિયા તનુ' તે પ્રાણમય કાષ્ઠ જ છે. બધા તે સરીરને આદે છે, બધાને થાય છે કે આ પ્રાણમય સરીર હૃદય રહે પ્રણ અને અપાન આ સરીરના બે પ્રેમમય કાષ્ઠ છે. પ્રાણ વડે શક્તિનું સંવર્ધન થાય છે અને અપાનથી વિવેક ફરે સ્વાસ્થ્ય એટલે આરોગ્યનું સંરક્ષણ થાય છે. પ્રાણની અંદર એક જ પ્રકારનું 'મેવજં' એટલે ઔષધિ છે. કોયેને હર કરનારી શક્તિનું નામ (કોષ-છ) કોષ-છ અથવા ભેષજ હોય છે. સરીરના બધા કોષ હર કરવા અને ત્યાં સરીરમાં આરોગ્યની સ્થાપના કરવી, આ પવિત્ર કાપ કરવું, પ્રાણનો જ ધર્મ છે. પ્રાણનું બીજું નામ છે 'હૃદય' અને રક્ત શબ્દનો અર્થ રક્ત એમ પણ થાય છે.

આ પ્રાણમાં ઔષધ છે એમ વેદનું કથન છે આ કથન ઉપર વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ, કારણ કે તેવો વિશ્વાસ ખોટો નથી. પોતાની શક્તિ ઉપર વિશ્વાસ રાખવા એમ તે છે, એટલે સાચો વિશ્વાસ છે. માનસ-ચિકિત્સાનું તે મૂળ છે. વાચકોએ તે દૃષ્ટિથી આ મંત્રનો વિચાર કરવો પોતાની પ્રાણશક્તિથી પોતાની જ ચિકિત્સા કરી શકાય છે. હું મારી પોતાની પ્રાણશક્તિથી આરોગ્ય અવસ્થા હર કરીશ એવો બાવ બધી ધારણ કરવાથી ખોટો ભાન થાય છે.

હસતા મંત્રમાં કહ્યું છે કે જે પ્રમાણે પોતાના પુત્રનું રક્ષણ કરવાની ઇચ્છા પિતા રાખે છે તેજ પ્રકારે પ્રાણ બધાનું સંરક્ષણ કરવા કહે છે. અર્થાત્ મનુષ્યોના સરીરમાં નસ-શાસ્ત્રોમાં જ્યાં ત્યાં રક્ત, બધી પ્રજાનું સંરક્ષણ આ પ્રાણ કરે છે. હરેક પ્રાણ ધારણ કરનારા પ્રાણીઓનું જ નહિ, પરંતુ જે પ્રાણ ધારણ કરતા નથી, એવા સ્થાવર પદાર્થોનું પણ રક્ષણ પ્રાણ જ કરે છે. એટલે કાષ્ઠ એમ ન સમજવું કે આસાન્નવાસ કરનારા પ્રાણીઓમાં જ પ્રાણ હોય છે. પરંતુ વૃક્ષ, વનસ્પતિ, પત્થર પદ્મપદ્મ પદાર્થોમાં પણ પ્રાણ છે અને બધા પદાર્થોમાં રક્ત પ્રાણ બધાનું

સંરક્ષણ કરે છે. પ્રાણને તેથી જ પિતાની જેમ પૂજ્ય અને બધા પદાર્થોમાં વ્યાપક સમાવેશ મેળવે.

શરીરમાંથી પ્રાણ ચાલી જતા મરણ થાય છે અને નવાં સુધી પ્રાણ શરીરમાં કાપ કરે છે ત્યાં સુધી શરીરમાં તાકાત અને સદનશક્તિ હોય છે, એમ અચોચારમા મંત્રમાં કહ્યું છે. આ મુજબ એકજ પ્રાણ, જીવન અને મૃત્યુ બંનેનો કર્તા બને છે. 'દેવ' શબ્દ આ મંત્રમાં હૃદયનાયક છે. બધા હૃદયો પ્રાણની ઉપાસના કરે, છે, એટલે પ્રાણની સાથે રહી પોતાની અંદર બળ પ્રાપ્ત કરે છે. જે હૃદય પ્રાણની સાથે રહી બલ પ્રાપ્ત કરે છે તેજ કાપકામ હોય છે, પરંતુ જે હૃદય પ્રાણથી વિચ્છેદ પડે છે તે ખરી જાય છે. આજ પ્રાણ-ઉપાસના અને રક્ત-ઉપાસના છે. બધા દેવોમાં મહા-દેવની શક્તિ કેવી રીતે કાપ કરે છે, તેનો અર્દા અનુભવ થાય છે પ્રાણ જ મહારેવ, રક્ત, સંજી, છત્રાદિ નાભોથી ભેષિત થાય છે. વ્યક્તિના શરીરમાં પ્રાણ એજ તેની વિશ્વતિ છે. બધા જગતમાં તેનું સ્વરૂપ વિષ્યવ્યાપક પ્રાણશક્તિ છે. આ વ્યાપક પ્રાણશક્તિના આશ્રયમાં અગ્નિ, વાયુ, હૃદ, સૂર્યાદિ દેવતા રહે છે અને પોતાનું કાપ કરે છે. વ્યક્તિ અને સમષ્ટિમાં એકજ નિયમ કાપ કરી રહ્યો છે. વ્યક્તિમાં પ્રાણની સાથે હૃદયો રહે છે અને સમષ્ટિમાં વ્યાપક પ્રાણ-શક્તિની સાથે અગ્નિ આદિ દેવો રહે છે. બંને સ્થાનોમાં બંને પ્રકારના દેવ પ્રાણની ઉપાસનાથી પોતાની શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે. ત્રીજા દેવો સમાજ અને રાષ્ટ્રમાં વિદ્વાન્ શરવણે પ્રકારના છે. તેઓ સત્યવાદી, સત્યનિષ્ઠ, સત્યપરચયણ અને સત્યાચ્છેદી બની પ્રાણવાયમ દ્વારા પ્રાણોપાસના કરે છે. પ્રાણ જ તેમને ઉત્તમ લોકમાં પહોંચાડે છે, એટલે તેમને એક બનાવે છે. પ્રાણોપાસનાથી બધા જ શ્રેષ્ઠ બને છે.

### સત્યથી બલપ્રાપ્તિ

કેટલાક અત્રે પુછશે કે 'સત્યવાદિતાનો પ્રાણ ઉપાસના સાથે શું સંબંધ છે ?' ઉત્તર એમ છે કે સત્યથી મન પવિત્ર થાય છે અને તેની શક્તિ વધે છે. પ્રાણની શક્તિ જોડે માનસિક શક્તિનો વિકાસ થાય તો ધર્મ લાભકારી થાય. પ્રાણવાયમથી પ્રાણની શક્તિ વધે છે અને સત્યનિષ્ઠાથી મનની શક્તિ વધે છે. આ પ્રકારે બંને શક્તિઓનો વિકાસ થવાથી મનુષ્યની ચોખ્ખતા અસાધારણ થાય છે.

હવે બારમા મંત્રનો વિચાર કરીએ. પ્રાણ વિશેષ તેજસ્વી

છે. બાર સુધી શરીરમાં પ્રાણ છે ત્યારે સુધી શરીરમાં તેજ હોય છે. પ્રાણ નિકળી જવાથી શરીરનું તેજ નષ્ટ થાય છે. બીજા શરીરમાં પ્રાણથી પ્રેરણા થાય છે. તેથી બધા પ્રાણીમાત્ર પ્રાણની ઉપાસના કરે છે, અથવા એમ માનો કે નવાં સુધી તેઓ પ્રાણીમાત્ર જોડે રહે છે ત્યાં સુધી તેમની રિયતિ હોય છે. ભ્યારે તે પ્રાણનો સદવાસ છોડી દે છે ત્યારે તેમનું મૃત્યુ થાય છે. છપ્પા હોય કે ન હોય છતાં સર્વ પ્રાણીમાત્રો પ્રાણની ઉપાસના કરી રહ્યા છે. પણ જો માનસિક છપ્પા સાથે પ્રાણોપાસના કરવામાં આવે તો ખરેખર ધણે લાભ થઈ શકે છે. કારણ કે આ જીવનમાં જે વૈભવ છે, તે પ્રાણથી પ્રાપ્ત થયેલું છે. મારે અધિક વૈભવ પ્રાપ્ત કરવું હોય તો અપલપ્યું કે પ્રાણની જ ઉપાસના કરવી રહી. એજ પ્રાણવાયમનું ફલ છે. આ જગતમાં સ્વયંચંદ્ર આ પ્રાણ જ છે. સ્વયંચિરંજીવ-દ્વારા વાયુમાં પ્રાણ રાખવામાં આવ્યા છે અને ચંદ્રમાં પોતાના કિરણો વડે ઓપધિઓમાં પ્રાણ મૂકે છે. મેષ, નિઘ્રુત વગેરે પોતાના કાપો વડે દુનિયાને પ્રાણ આપી રહ્યા છે. અને પ્રાણનો પ્રાણ જે પ્રજાપતિ પરમાત્મા છે, તેજ સાચો પ્રાણ છે, કારણ કે જીવનની બધી પ્રાણશક્તિ-ઓનો તે એક માત્ર આધાર છે. આજ કારણે વેદોમાં પ્રજાપતિ પરમાત્માનું નામ પ્રાણ જ છે. ખીલ પદાર્થોમાં પણ પ્રાણ છે તેનું વર્ણન તેમમાં મંત્રમાં આ પ્રકારે કર્યું છે—

મુખ્ય પ્રાણ એકજ છે. તેની શક્તિથી શરીરમાં પ્રાણ અને અપાન કાપ કરે છે. તેજ પ્રકારે ખેતીમાં બળદની શક્તિ મુખ્ય છે, તે વડે ચોખા અને જવાદા બીજી અનાજ ઉત્પન્ન થાય છે. વેદમાં 'અનન્દવાન' આ બળદ વાયક શબ્દ પ્રાણનો વાયક છે. એમ માનો કે શરીરરૂપી ખેતરમાં આ પ્રાણરૂપી બળદ ખેતી કરે છે અને અહીંનો ખેડુત જીવાત્મા અને શરીર ખેતર છે. પ્રાણ બળદ છે અને જીવન બળદારરૂપ ખેતી અહીં યથ રહી છે. વેદમાં અનન્દવાન શબ્દનો અર્થ પ્રાણ છે તે ન સમજવાના કારણે ધણાઓએ અનુચ્છેદો કર્યો છે.

અનન્દવાન વાગાર પૃથિવીમુત ધામ્ ॥

(અર્થ: ૪૧૧૧૧૧)

"પ્રાણનો પૃથ્વી અને ઘુલોકને આધાર છે." વાસ્તવિક અર્થ ન લેતાં બળદને પૃથ્વી અને ઘુલોકને આધાર છે એમ ભાવ કેટલાકે સમજાવ્યો છે. જે વાયકે અનન્દવાન શક્તિનો

અર્થ આ પ્રાણયુક્ત સાથે સરખાવશે તો તેમને ખ્યાલ આવશે કે 'અનુવાન' શબ્દનો અર્થ ફક્ત બળદ જ નહિ પણ પ્રાણ પણ છે. તે કારણે જ આ યુક્તમાં પ્રાણનું નામ 'અનુવાન' કહ્યું છે. જવ પ્રાણ છે અને ઓખા અપાન છે; આ કથન અલંકારિક છે. ધાન્યમાં પ્રાણ અને અપાન એટલે પ્રાણની બંધી જ યુક્તિઓ વ્યાપ્ત છે. ધાન્યનું ચોખ્ખું સેવન કરવાથી આપણા શરીરમાં પ્રાણિક આવે છે અને આપણા શરીરના અવયવો બની કાર્ય કરે છે.

જઈની અંદર રહેનારો જીવ ગર્ભાદરથમાં પણ પ્રાણ અને અપાનની ક્રિયા કરતો હોય છે અને તેથી જ તે ત્યાં જીવતો હોય છે. જ્યારે જન્મ સમયે પ્રાણ જન્મ યત્ર લાગ્યું પ્રેરણા કરે તો ત્યારે તેને જન્મ પ્રાપ્ત થાય છે. એટલે જન્મને અનુકૂળ પ્રેરણા કરવાનું પ્રાણને આધીન છે. આ યોદ્ધા મંત્રમાં 'સા પુનઃ જાયતે' આ વાક્ય વેદમાં પુનર્જન્મના મૂળની કલ્પના બતાવે છે. જ્યારે દરી દરી જન્મ ધારણ કરે છે. તે બધું પ્રાણની પ્રેરણાથી થાય છે એવો ભાવ આ મંત્રમાં સ્પષ્ટ છે.

૧૫ માં મંત્રમાં 'માતરિ-શ્વા' શબ્દનો અર્થ માતાની અંદર રહેનારો, માતાના ગર્ભાશયમાં રહેનારો એવો છે. માતાના ગર્ભમાં પ્રાણરૂપ અવરથમાં જીવ રહે છે. તેથી જીવનું નામ 'માતરિ-શ્વા' છે. ગર્ભમાં તેની રિયતિ પ્રાણરૂપ હોવાથી જ તેને પ્રાણ નામ મળ્યું છે. તેથી પ્રાણ અને માતરિશ્વા બંને સમૂહ સમાનાર્થક છે.

'માતરિ-શ્વા' તો બીજો ભથ્થો છે વાયુ વાયુ વાત વગેરે સમૂહો પણ પ્રાણવાચક છે. કારણ કે વાયુરૂપ પ્રાણ આપણે અંદર લાકડો છીએ અને પ્રાણધારણ કરીએ છીએ. પ્રાણનો વિચાર કરવાથી એમ ખબર પડે છે કે તેના જ આધારે જૂત, ભવિષ્ય અને વર્તમાનનું સર્વ જગત રહે છે. પ્રાણના આધારે બધું રહે છે. પ્રાણ વગર દુનિયામાં કાંઈની રિયતિ એટલે અસ્તિત્વ હોઈ શકતું નથી. પૂર્વજન્મ આપુ જન્મ અને પૂનર્જન્મ એ બધું પ્રાણના કારણે જ થાય છે. એટલે જૂત, ભવિષ્ય, વર્તમાનકાળમાં જે કઈના સરકાર પ્રાણમાં સંમિત થાય છે તે કારણે ચોખ્ખી રીતે પુનર્જન્મ થાય છે.

ઓપધિઓનો ઉપયોગ આ સુધી પ્રાણચક્રિન કરિમાં હોય ત્યાં સુધી જ થાય છે. જ્યારે પ્રાણની ચક્રિત શરીરથી વેગળી થવા સાથે છે, ત્યારે કોઈ ઓપધિનો કંઈ પણ ઉપયોગ

થતો નથી. આજ સૂક્તના ૯ મંત્રમાં "પ્રાણ જ ઓપધિ છે જે જીવનનો હેતુ છે" એમ કહ્યું છે. તેનું અનુસંધાન આ ૧૬ માં મંત્ર બોડે કરવું ઉચિત છે.

આ મંત્રમાં (૧) આયર્ષણી, (૨) આંતરિસી, (૩) દૈવી અને (૪) મનુષ્યજાઃ આ ચાર નામો ચાર પ્રકારની ચિકિત્સાના બોધક છે. તેનો વિચાર નીચે મુજબ છે—

(૧) મનુષ્યજાઃ ઓપધયાઃ—પ્રાણને બનાવેલી દવાઓ એટલે કષાય (ઉકળો), વૃક્ષ, અરવેલ, ભરખ, કમ્પ વગેરે જે વૈદ્ય, ડોક્ટર, દર્શક બનાવે છે. જેનો સમાવેશ આમાં થાય છે. આ માનવી ઔષધિના પ્રકાર છે. તેથી દૈવી વિદિ એક હોય છે.

(૨) દૈવીઃ ઓપધયાઃ—આપ, તેજ, વાયુ અને દેવો મારફતે જે ચિકિત્સા કરાય છે તે દૈવી ચિકિત્સા છે. જલ-ચિકિત્સા, શ્વાસચિકિત્સા, વાયુચિકિત્સા, વિદ્યુચિકિત્સા વગેરે બધા દૈવીચિકિત્સાના પ્રકાર છે. સૂર્ય, ચંદ્ર, વાયુ વગેરેના પ્રત્યક્ષ સંબંધથી આ ચિકિત્સા થાય છે અને આશ્વર્યકારક ગુણ પ્રાપ્ત થાય છે. તેની ચોખ્ખતા મોટી છે. તે સિવાય દેવવદ એટલે હવન વગેરે દ્વારા ચિકિત્સા થાય છે તેના પણ સમાવેશ આ દૈવી ચિકિત્સામાં થાય છે. દેવવદદ્વારા દેવતાઓને પ્રસન્ન કરી તે દેવતાઓના જે જે અંશ આપણા શરીરમાં છે, તેમનું આરોગ્ય મેળવવું કોઈ અસરકારક પ્રકાર નથી. આ વાત યુક્તિયુક્ત અને તર્કગમ્ય છે.

(૩) આંતરિસીઃ ઔષધયાઃ—અંતરમાં, અવયવો અને સ્તંભોમાં એક પ્રકારનો રસ રહે છે. જે કારણે અમારા અને પ્રાણીઓના શરીરની રિયતિ હોય છે. તે રસ દ્વારા જે ચિકિત્સા થાય છે, તે આંતરિસી ચિકિત્સા કહેવાય છે. માનસિક ક્ષમ્બકાક્રિયાતી પ્રબલ પ્રેરણાથી આ રસનો અંતઃપ્રવર્ગોમાં સંચાર થવાથી રોગોત્તરી નિવૃત્તિ થાય છે. માર્નાસિક ચિત્તે કામવાના તેમાં વિશેષ સંબંધ છે. રૂઝૂ અવયવોને સંબોધિત કરી નિયંત્રિતતાના ભાવની સૂચના આપતી, તેમ જ રોગોને પોતાની જાગરસ ચક્રિતને પ્રેરણા કરતા ઉત્તેજીત કરવું આ વિધિમાં મુખ્ય છે. પોતાના આરોગ્ય માટે બદામના સાધનોની નિરપેક્ષતા આ પ્રકારમાં હોવાથી, તેને આંતરિસી-ચિકિત્સા અર્થાત પોતાના અંગના રસ દ્વારા યનારી ચિકિત્સા કહે છે.

(૪) આયર્ષણીઃ ઓપધયાઃ—સ-વર્ણી નામ છે યૌત્રીનું મનની જુદી જુદી વૃત્તિને નિરોધ કરનારા ચિત્તવૃત્તિઓને

સ્વાધીન રાખનારા, તેને યોગી અર્થનો કહે છે. આ શબ્દનો અર્થ ( અ-અર્થ ) નિઃશ્વ, સ્તબ્ધ, સ્થિર, અતિલીન એવો છે. સ્થિતપ્રત, સ્થિરશુદ્ધિ, સ્થિરમતિ ઇત્યાદિ શબ્દ આ જાતના હોય છે. યોગીનો મંત્રપ્રયોગથી જ ચિકિત્સા કરે છે, તેનું નામ છે આયર્વણી-ચિકિત્સા. અંતરના પ્રેમથી, પરમેશ્વર ભક્તિથી, માનસશક્તિથી અને આત્મવિશ્વાસથી મંત્રસિદ્ધિ થાય છે. આ આયર્વણી-ચિકિત્સા બધાથી શ્રેષ્ઠ છે કારણ કે તેમાં જે કામ થાય છે તે આત્મની શક્તિથી થાય છે, માટે અન્ય ચિકિત્સાઓની તુલનામાં આયર્વણી-ચિકિત્સા શ્રેષ્ઠ છે. તેમાં કોઇ શંકા નથી. આ બધા ચિકિત્સાના પ્રકાર ત્યાં સુધી કામ કરે છે જ્યાં સુધી પ્રાણુશરીરમાં રહેલા ઇશ્વર છે. જ્યારે પ્રાણુ ચાલ્યો જાય છે ત્યારે કોઇ ચિકિત્સા ફલદાયક થઇ શકતી નથી. આ પ્રકારે પ્રાણુનું મહત્ત્વ વિશેષ છે.

### પ્રાણુની વૃદ્ધિ

જે પ્રાણુસ પ્રાણુની શક્તિનું વર્ણન શ્રદ્ધાંથી સાંભળે છે, પ્રાણુના બળને વિશ્વાસથી જાણે છે, પ્રાણુનું બળ પ્રાપ્ત કરવા માં યશસ્વી થાય છે અને જે મનુષ્યમાં પ્રાણુ સારી રીતે પ્રતિષ્ઠિત અને સ્થિર રહે છે, તેના જ બધા સત્કાર કરે છે, તેની સ્થિતિ ઉત્તમભોક્ષમાં થાય છે અને તેનું મધ્ય સર્વજન પ્રસરે છે. પ્રાણુધ્યાન દ્વારા જે પોતાનો પ્રાણુને પ્રસન્ન કરે છે અને સ્વાધીન રાખે છે તેનું મધ્ય સર્વ પ્રકારે વધે છે. ૧૬ આ મંત્રમાં 'ચલિ' શબ્દનો અર્થ સત્કાર, પૂજા, અર્પણ, શક્તિપ્રદાન ઇત્યાદિ પ્રકારનો છે. બધા અન્ય દેવો પ્રાણુને પૂજે છે, આ વાતનો અનુભવ પોતાના શરીરમાં આવી શકે છે. આત્મ, કાન, નાક ઇત્યાદિ બધા અન્ય દેવો પ્રાણુની પૂજા કરે છે પ્રાણુની ઉપસનાથી પ્રાણુની શક્તિ તેઓમાં પ્રગટ થાય છે. તે જ પ્રકારે પ્રાણુધ્યાનની સાધના કરનારા યોગીનો સત્કાર બીજા સભ્યોને કરે છે અને તેના ઉપદેશથી પ્રાણુ પાસનાનો માત્ર જાણી પોતે બળવાન બની શકે છે. તે જ કારણે પ્રાણુધ્યાન કરનારા યોગીઓની સર્વજન પ્રશંસા થાય છે.

વીસમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે સૂરજ, ચંદ્રમા, વાયુ ઇત્યાદિ દેવતાઓના અંશ પ્રાણુઓના શરીરમાં રહે છે તે આત્મ, કાન, નાક ઇત્યાદિ ઇન્દ્રિયાના રચનામાં રહે છે. તે દેવતાઓમાં પ્રાણુની શક્તિ ભરેલી છે જાજ વ્યાપક પ્રાણુ પૂર્વ દેહને છોડી બીજા ગર્ભમાં જાય છે. એટલે એકવાર જન્મ્યા પછી તે

દેહ છોડી બીજા વાર જન્મ લેતા ગર્ભમાં પ્રવિષ્ટ થાય છે અને યોગ્ય સમયે બીજા વાર જન્મ લે છે. આત્માની શક્તિનું નામ શ્ચી છે. હન્દનીયમ'પત્નીનું નામ શ્ચી છે. ધર્મ'પત્ની. નો ભાવ અર્થ પોતાની શક્તિ એવો છે. ઇન્દ્ર જીવાત્માનું નામ છે અને તેની શક્તિઓ શ્ચી નામથી પ્રસિદ્ધ છે. પિતાના અંશ પોતાની બધી શક્તિઓ સાથે પુત્રમાં પ્રવિષ્ટ થાય છે. પિતાના અંશ, હન્દિય, અવયવ સમાન પુત્રના કેટલાક અંશ, હન્દિયો, અવયવો હોય છે. સ્વભાવ તેમજ શુદ્ધિમાં પણ કેટલાક અંશ મળતા હોય છે. આ બાનનો ધ્યાનમાં લેતાં જ્યારે કે પિતા પોતાની શક્તિઓ સાથે પુત્રમાં કેવી રીતે પ્રવેશે છે. ચૃદરથોએ આ વાત વિશેષ ધ્યાનથી જાણવી જોઈએ, કારણ કે પ્રાણુનું કારણ 'કામ' તેમનું છે. માનપિતાના સાર અને ખરાબ શુદ્ધિય સંતાનમાં આવે છે, માટે માતાપિતાએ પોતે નિર્દોષ થઇ સંતાન ઉત્પન્ન કરવાનો વિચાર કરવો. એટલે કે દેવી માતાપિતાને સંતાન ઉત્પન્ન કરવાનો કોઇ અધિકાર નથી.

૨૧ આ મંત્રમાં પ્રાણુનું 'હંસ' નામ આવે છે. શ્વાસ બહાર ભેટી વેળા 'સ' ઉચ્ચાર થાય છે અને બહાર છોડતી વેળા 'હ' ઉચ્ચાર થાય છે. 'હ' અને 'સ' મળી 'હંસ' શબ્દ પ્રાણુવાચક થાય છે તેનું જ બીજું રૂપ 'અ-હંસ; સોડહમ્' વગેરે ઉપાસના માટે બનાવ્યા છે. તેમાં 'હસ' શબ્દ યુગ્મ્ય છે તેનો ઉલટો શબ્દ બનાવતાં 'સોડહમ્' બની જાય છે અથવા 'હસ' ની સાથે 'હંસ' મેળવવાથી 'સોડહમ્' બને છે.

સ-હ

હ-સ

સા-મ્

મ્-સમો ( અઃ )

સોડહં

હંસઃ

વાયોઃ અર્થ બને રૂપો જોઇ શકે છે સાંપ્રદાયિક ગ્રંથક્રમો જાણુ મુદ્રા જો વાયોઃ મુદ્રા વૈદિક કલ્પનાઓ જોશે તો તેમને મોટું આશ્ચર્ય જણાશે. 'હંસ' શબ્દ આત્માનો વાયક છે અને 'હંસ' શબ્દ પ્રાણુનો વાયક છે. આત્માનો પ્રાણુ સાથે આ પ્રકારે સંબંધ છે. આત્મા બ્રહ્માનો વાયક છે અને બ્રહ્માનું વાહન હસ છે, આ પૌરાણિક રૂપકમાં આત્માનો પ્રાણુની સાથે અખંડ સંબંધ વર્ણન કર્યો છે આ હસ માનસસંસ્કારમાં ક્રીડા કરે છે, અર્થ પ્રાણુ પણ હૃદયરૂપી

અંતકરણમાં વસતા માનસસરોવરમાં ક્રીડા કરે છે. હૃદય-કમળમાં જીવાત્માનો નિવાસ સુખસિદ્ધ છે. એટલે કમલા-સનય પ્રકટેવ અને તેનું વાદન હંસ, આ બંનેની મૂળ વૈદિક કલ્પના અહીં આ પ્રકારે રમણ થાય છે.

બ્રહ્મા, પ્રકટેવ	આત્મા, જીવાત્મા, પ્રકટ
હંસ-વાદન	માણુ-વાદન
કમલ-આસન	હૃદય કમલ
માનસ સરોવર	આત્મકરણ ( હૃદય )
પ્રેરક કૃતિદેવ	પ્રેરક આત્મા

વેદમાં હંસનું વર્ણન અનેક મંત્રોમાં આવેલું છે. તેનો મૂળ આશય આ પ્રકારે જોવા યોગ્ય છે. વેદમાં ' અસૌ-અહં ' ( યજુ ૪૦-૧૭ ) નું કહ્યું છે, અસૌ એટલે આણુ-કક્ષિતની અંદર રહેનારાનું આત્મા હું આ કાવ ઉકળ મંત્રનો છે. તેજ કાવ ઉકળરથાને પણ છે. આણુ સાથે આત્માનું અવસ્થાન છે. આ આણુ જ ' હંસ ' છે. તે ( સ્થિતિ ) હૃદયના માનસ સરોવરમાં ક્રીડા કરે છે. નિવાસ ભેતીવેળાં આ આણુ તે સરોવરમાં કુબ્જી માટે છે અને ઉચ્છ્વાસ ભેતી વેળા ઉપર ઉઠે છે બહોં એવો પ્રાણ ઉત્પન્ન થાય છે, જે બધારે ઉચ્છ્વાસ વેળા આણુ બહાર જાય છે ત્યારે આણુ મરતો કેમ નથી ? પૂણે ઉચ્છ્વાસ લઈ પૂણે નિવાસને બહાર ઊડવાથી પણ મનુષ્ય મરતો નથી તેનું કારણ આ મંત્રમાં કહ્યું છે. જે પ્રકારે હંસપક્ષી એક પગ પાણીમાં રાખી બીજો પગ ઉપર છે, તેમજ ઉચ્છ્વાસ રૂપે બહાર જતાં આણુ પોતાનો એક પગ હૃદયના રક્તાશયમાં અજીવન રાખે છે અને બીજા પગને જ બહાર કાઢે છે કદિ હૃદયમાંના પગને હલાવતો નથી.

તાત્પર્ય આણુ પોતાની એક કક્ષિતને સરીમાં રિધર કરી બીજી કક્ષિતની બહાર જઈ પોતાનું કામ કરે છે. તેથી મનુષ્ય મરતો નથી. જો તે પોતાની બીજી પગ ઉપાડી બહાર જશે તો આજ, કાલ, દિવસ, રાત્રી, પ્રકાશ, અંધારું વગેરે બધું જ મરી જશે. એટલે જો આણુ જીવતાં રહેશે નહિ, જીવન પછી જ ડાહનું યાન થાય છે આ પ્રકારે આણુને સંનિધ છે. દરેક મનુષ્યે સારી પેઠે વિચાર કરી આ સંનિધનું યાન સારી રીતે મેળવવું જોઈએ ' હંસ ' શબ્દ જોડે પ્રાણોપાસ-નાનો વિચાર પણ આ મંત્રથી વ્યક્ત થાય છે. આસની સાથે ' સ ' કારનું અવણુ અને ઉચ્છ્વાસની સાથે ' હં ' કારનું અવણુ કરવાથી પ્રાણોપાસના થાય છે તેથી ચિત્તની એકા-

મતા તરિત સાધ્ય થાય છે. આજ ' સો ' અક્ષરનું અવણુ આસની સાથે અને ' હં ' નું અવણુ ઉચ્છ્વાસની સાથે કરવાથી ' હંસ ' નો જન્મ બની જાય છે. આ પ્રાણોપાસ-નાનો એક પ્રકાર છે. સામ્યવાદિક લોકોએ તે ઉપર વિભિન્ન અને વિલક્ષણ કલ્પનાઓ રચેલી છે. પરંતુ મૂળ તરફ જાન આપી અમર્યોથી ફરે રહેતું અમરે દીક લાગે છે. હવે તેનું વધુ વર્ણન જુઓ—

આ સરીમાં આહ ચઢે છે, જેમાં આણુ જાય છે અને વિલક્ષણ કામ કરે છે, આ વાત રૂઝ મા મંત્રમાં કહી છે, મૂળા-ધાર, સ્વાધિષ્ઠાન, મહિપુરક, સ્વર્ગ, બનાદત, ત્રિશુલિ, આઠા અને સદસ્યાર આ તે આહ ચઢે છે. કમલા શુભાથી મહી આયાના ઉપરના કામ સુધી આહ ટેકાણે આ આહ ચઢે છે. પદ્મિના મેરુદંઠમાં તે હોય છે. તે પ્રયેક ચક્રમાં આણુ જાય છે અને પોતાનું નિષ્કર્ષ કામ કરે છે, જે લોકો પ્રાણોપાસ કરે છે તેમને પોતાનો પ્રાણ તે ચક્રમાં પહેાંચી અપાનો અનુભવ થાય છે અને ત્યાંની રિધિતિને પણ પતી લાગે છે, ઉપર મસ્તિષ્કમાં સદસ્યાર ચક્રનું રચાન છે. તેજ અસ્તિષ્ઠતા મધ્ય અને કુખ્ય કામ છે. આણુનું એક કેન્દ્ર હૃદયમાં છે. આ પ્રકારે એક કેન્દ્રની સાથે આહ ચઢેલાં સહસ્ર આરોમો વડે આમણ પાછળ આલવાડાં આ આણુ ચઢે છે. આસ-ઉચ્છ્વાસ તેમજ આણુ-અપાન દ્વારા પ્રાણચક્રની ગતિ બાજળ અને પાછળ થાય છે. આ બાબતો બધુથી અને અનુભવથી એ વાચકો માટે ઉચિત છે. આણુને એક કાવ સરીની કક્ષિતમાં સાથે સંનિધ રાખે છે અને બીજી કાવ આત્માની કક્ષિત સાથે સંનિધ રાખે છે. કારણિક કક્ષિતની સાથે સંનિધ રાખનારા આણુના કામનું યાન આત્મ કરવું બધું સહેલું છે, પરંતુ આત્મિક કક્ષિતની સાથે સંનિધ રાખનારા આણુના કામનું યાન કરી લેવું પડ્યું કઠણ છે. આપા કામની સાથે નધા જીવનોને બનાવે છે, જે તેને બીજી બધું છે તે કાનું ચિન્હ છે એટલે તેનું યાન કોને થઈ શકે છે ? આત્માના યાન સાથે જ તેનું યાન થઈ શકે છે.

પ્રાણ બધાનો ધર છે, આ વિષે પહેલાજ મંત્રમાં કહ્યું છે. બધામાં ગતિયાન અને કુખ્ય આ પ્રાણ જ છે. ધર એટલે આત્મકક્ષિત સાથે રહેનારા આ પ્રાણ આસરપ રહિન યદ અને ધીરજ સાથે કામ કરવામાં સમર્થ બની ચારા સરીમાં અનુકૂળતા સાથે રહે આ હંસ ઉપાસકે



મનમાં ધારણ કરવી નોંધએ. અન્ય દિદિયોને આગસ દોષ શકે પણ પ્રાણમાં આલસ્ય કદી હોતું નથી; તેથી જ પ્રાણનું વિશેષણ 'અ-તંદ્ર' એટલે આલસ્યરહિત એવું રાખ્યું છે. આજ ભાવ ૨૫ મા મંત્રમાં કહ્યો છે.

બધી દિદિયો આરામ લે છે, આગમુ બને છે, સુષ્ણ બધા છે અને નીચે પડી જાય છે; પરંતુ પ્રાણ એકલો જ રાતરિવસ ઉભો રહી જાગ્રત રહે છે. અથવા જાણે આ શરીરથી મરિતું સંસ્કૃત્ય કરવા ઉભો રહી પહેરો ભરે છે. ક્યારેય સૂતો નથી, કદિ આરામ કરતો નથી અને પોતાના કાપમાં પાછા પાની કરતો નથી. બધી દિદિયો ઉપ લે છે પણ આ પ્રાણ સૂતેલો કોષએ કદિ સાંભળ્યો નથી. એટલે કે વિગ્રામ ન લેતાં આ પ્રાણ રાત રિવસ શરીરમાં કાપ કરે છે.

તેથી જ પ્રાણોપાસના નિરંતર યજ્ઞ શકે છે. જુઓ, કોષ એક વસ્તુ ઉપર દષ્ટિ કે દિન કરવાથી થાંકી જાય છે. દષ્ટિ થાંકી ગયા પછી તેની ઉપાસના આંખો વડે કરી શક્ય નહિ. આ પ્રકારે બીજી દિદિયો પણ થાંકી જાય છે અને વિગ્રામ હપ્તે છે, તેથી બીજી દિદિયો વડે ઉપાસના નિરંતર યજ્ઞ શકિત નથી. પણ પ્રાણ કોષ રિવસ થાંકતો નથી અને કોષ રિવસ વિગ્રામની હપ્ત કરતો નથી. તેથી તેની સાથે જ પ્રાણોપાસના કરાય છે તે નિરંતર કોષ શકે છે. વચ્ચે રોકાયા વગર પ્રાણોપાસના યજ્ઞ શકે છે, તેથી તેનું મહત્ત્વ અત્યંત છે. હવે આ સૂકતનો છેલ્લો મંત્ર શું કહે છે તે જુઓ—

'હે પ્રાણ ! મારાથી તું દૂર ન થા. દીર્ઘકાળ સુધી મારી અંદર રહે, હું દીર્ઘકાળ છત્તવા માયું છું, હું દીર્ઘ આયુષી હુકત યજ્ઞ સે વરસ કરતા વધારે છત્તવ બ્યનિત કરીશ. માટે મારાથી છૂટો ન થા.' આ ક્ષણે ઉપાસકે સ્વર્ગમાં ધારણી નોંધએ. અનમય મન અને આતોમય પ્રાણ છે. તેથી પ્રાણને પાણીનો ગર્ભ કહ્યો છે. ઉપાસકે પોતાના મનની અંદર એવી ભાવના રિધર કરવી નોંધએ, કે જે પ્રાણુપામાદિ વડે પોતાના શરીરમાં પ્રાણને બાંધી રાખ્યો છે. તેથી તે પ્રાણ વિખૂટો પડી મારાથી દૂર જશે નહિ પ્રાણુપામાદિ સાધનો ઉપર દદ વિશ્વાસ રાખી તે સાધનો દ્વારા મારા શરીરમાં પ્રાણ રિધર થયો છે, એવા દદ ભાવ રહેવો નોંધએ અને મનમાં આકાશ મત્યુતો કદિ વિચાર પણ ન આવવો નોંધએ. આત્મા ઉપર વિશ્વાસ રાખવાથી ઉપર મુજબ ભાવના દદ બની જાય છે. આ પ્રાણ સૂકતમાં નીચે મુજબ બાવ છે—

## પ્રાણસૂકતનો સારાંશ

- (૧) પ્રાણના આધીન બધું છે, પ્રાણ બધાનો મુખ્ય છે.
- (૨) પ્રાણ પૃથ્વી ઉપર, અંતરિક્ષમાં અને ઘુલોકમાં પણ છે.
- (૩) ઘુલોકનો પ્રાણ સરગકિરણો વડે પૃથ્વી ઉપર આવે છે, અંતરિક્ષનો પ્રાણ વરસાદ વડે પૃથ્વી ઉપર પહોંચે છે અને પૃથ્વી ઉપરનો પ્રાણ હંમેશા અદી વાયુ રૂપે રહે છે.
- (૪) અંતરિક્ષરથ અને ઘુલોકરથ પ્રાણ વડે જ બધાનું છત્તવ છે. આ પ્રાણની પ્રાપ્તિથી બધાને આનંદ થાય છે.
- (૫) એક જ પ્રાણ બ્યકિતના શરીરમાં પ્રાણઅપાનાદિ ગુદા ગુદા રૂપોમાં પરિચ્છન્ન થાય છે. શરીરના પ્રત્યેક અંગ, અવયવ, અને દિદિયોમાં એટલે સર્વત્ર પ્રાણ જ કાપ કરે છે.
- (૬) પ્રાણ જ સર્વ ઔપધિયોની ઔપધિ છે. પ્રાણના કારણે શરીરના બધા દોષો દૂર થાય છે. પ્રાણની અનુકૂલતા ન હોય તો કોષ દવા કામ કરી શકતી નથી અને પ્રાણની અનુકૂલતા હોય તો દવા વગર પણ આરોગ્ય સમવાય છે.
- (૭) પ્રાણ જ દીર્ઘ છત્તવ આપનારો છે.
- (૮) પ્રાણ બધાનો પિતા અને પાલક છે, સર્વત્ર બ્યાપક પણ છે.
- (૯) મત્સ્ય, રાત્ર અને બળ આ બધા પ્રાણના કારણે જ થાય છે. બધી દિદિયો પ્રાણની સાથે રહેવાથી જ બળ પ્રાપ્ત કરે છે. શેષ પુરૂષ પ્રાણને વશ કરી બળ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. સ્થપનિષ્ઠ પુરૂષ પ્રાણની પ્રસન્નતાથી ઉત્તમ યોગના પ્રાપ્ત કરે છે.
- (૧૦) પ્રાણની સાથે જ બધી દેવતાઓ છે. બધાને પ્રેક્ષુ આપનારો પ્રાણ છે.
- (૧૧) ધાન્યમાં પ્રાણ રહે છે. તે બોળન દ્વારા શરીરમાં જઈ શરીરનું બળ વધારે છે.
- (૧૨) ગર્ભમાં પણ પ્રાણ કાપ કરે છે. પ્રાણની પ્રેરણાથી જ ગર્ભ બહાર આવે છે અને વધે છે.
- (૧૩) પ્રાણ મારકતે પિતાના બધા ગ્રન્થ, કર્મ, સ્વભાવ અને શકિતઓ યુગમાં આવે છે.
- (૧૪) પ્રાણ જ હંસ છે અને તે હૃદયના માનસસરોવરમાં ક્રીડ કરે છે. જ્યારે તે ચાલ્યો જાય ત્યારે પછી કંઈ પણ જ્ઞાન ચતું નથી.
- (૧૫) શરીરના આઠ ચક્રોમાં, મરિતકમાં અને હૃદયના

કેન્દ્રમાં ચિત્ર રૂપે પ્રાણ રહે છે. તે રમૂસ સ્થિતિથી બધા સરીરનું ધારણ કરે છે અને સદૃશ સ્થિતિથી આત્માની સાથે સુપત સંબંધ રાખે છે.

(૧૧) પ્રાણમાં આજસ અને યકાવટ હોતી નથી. જીવિ અને સક્રિય હોતો નથી. કારણ કે તેને ક્ષણ અથવા આત્મા સાથે સંબંધ હોય છે.

(૧૭) પ્રાણ સરીરમાં રહી ખરે પહેલે બેઠે છે, બીજા ક્ષતિયો યાદી નય છે અને સુષ્ણ નય છે, પરંતુ પ્રાણ ક્ષતિ યાકૃતો નથી કે વિગ્રાતિ લેતો નથી તે જો વિગ્રામ લે તો મૃત્યુ જ થાય છે.

(૧૮) મારે બધાએ પ્રાણને સ્વાધીન કરવો જોઈએ અને તેની સ્થિતિથી બળવાન થવું જોઈએ.

આ પ્રકારે આ મુક્તનો જાવ જોવા પછી વેદોમાં બીજા પ્રાણ વિષયક જે જે ઉપદેશ છે તેનો વિચાર કરીશું.

### અગ્નિવેદમાં પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ

અગ્નિવેદમાં પ્રાણ વિષયક નીચે આપેલો મંત્ર છે; તે જોવાથી અગ્નિવેદનો પ્રાણ વિષે ઉપદેશ સમજીએ—

પ્રાણાહ્યાયુરજામતઃ ॥

(મં. ૧૦૮-૧૧૩, અમૃત, ૧૯૧૬:૭)

“પરમેશ્વરીય પ્રાણસ્થિતિથી આ વાયુની ઉત્પત્તિ થઈ છે.” આ વાયુ અમારો પૃથ્વી સ્થાનીય પ્રાણ છે, વાયુ વગર એકલાય પણ શ્રવન રહેતું શકેલ છે બધા પ્રાણી આ વાયુને આલે છે પરંતુ કામએ એમ ન માની લેવું કે આ વાયુ જ પ્રાણ છે. કારણ કે પરમેશ્વરીય પ્રાણસ્થિતિથી તેની ઉત્પત્તિ છે. આ વાયુ અમારા ફેફસામાં ભરાય છે, ત્યારે તેની સાથે પરમેશ્વરીય પ્રાણસ્થિતિ અમારી અંદર આવે અને તેથી અમારું શ્રવન વ્યતિત થાય છે. આ કાવ પ્રાણવાયુની વખતે મનમાં ધારણ કરવો જોઈએ. પ્રાણ જ શ્રવન છે, આ વિષે નીચેનો મંત્ર જુઓ—

આયુર્નઃ પ્રાણઃ । (મં. ૧૧૬:૧૧)

“પ્રાણ જ આયુ છે.” જ્યાં સુધી પ્રાણ રહે છે ત્યાં સુધી જ શ્રવન હોય છે તેથી જ દીર્ઘ આયુ હજી છે તેઓએ પોતાના પ્રાણને અને પ્રાણ સ્થાનને મજબૂત બતાવવું. પ્રાણનું સ્થાન ફેફસામાં હોય છે. ફેફસા બળવાન

કરવાથી પ્રાણમાં બળ આવી નય છે અને તે દ્વારા દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

### અમુ-નીતિ

રાજનીતિ, સામાજનીતિ, શૃદ્ધનીતિ આ સમ્રાટ સમાન ‘અમુ-નીતિ’ શબ્દ છે, રાજ્ય સ્થાપનાનો પ્રકાર રાજ્ય-નીતિથી વ્યક્ત થાય છે. તેજ પ્રકારે ‘અમુ’ એટલે પ્રાણનો ભવદાર કરવાની રીતને ‘અમુનીતિ’ કહેવું છે. *Grants to life, ways to life* ‘એટલે શ્રવનનો માર્ગ’ આ ભાવ ‘અમુનીતિ’ શબ્દ વ્યક્ત કરે છે, આ પ્રા. મેહમુદાસર, પ્રા. રાય વગેરેનું કથન સત્ય છે. જુઓ—

અમુનીતે પુનરસ્માણુ સંસ્થા પુનઃ પ્રાણમિદ નો  
ચેદિ મોગમ્ । જ્યોત્સ્વરોમ સ્વર્ગમુચ્ચરંતમનુ-  
મતે મૃત્યવા ન સ્થસ્તિ ॥ (મં. ૧૦૫૯:૧)

‘હે અમુનીતે ! અહીં અમારી અંદર ફરી મૃત્યુ, પ્રાણ અને ભોમ ધારણ કર. સૂરજનો ઉદય અને ધણી દિવસો સુધી જોઈ શકીએ, હે અમુમતે ! અમને બધાને સુખી કર અને અમને સ્વાસ્થ્ય સુક્ષ્મ રાખ’

‘અમુની નીતિ’ એટલે ‘પ્રાણ ધારણ કરવાની રીત’ ત્યારે સમજાય છે, ત્યારે આખરી સ્થિતિ એટલી થઈ હોય તો પણ ફરી ઉત્તમ દષ્ટિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. પ્રાણ ભવાની સંભારણ હોવા છતાં ફરી પ્રાણની રિપરના કરી શકાય છે. ભોમ ભોમવાની અશક્તિ હોવા છતાં ભોમ ભોમવાની શક્તિ થાય છે. મૃત્યુ પાસે આવતાં સૂરજનું દર્શન અશક્ય હોવા છતાં દીર્ઘશ્રવનની પ્રાપ્તિ થવા પછી ફરી સૂરજની ઉપાસના થઈ શકે છે. પ્રાણનીતિને અમુકુલ શુદ્ધિ સમવાધી આ બધું થઈ શકે છે, તેમાં ભરા પણ શંકા નથી. તેમજ—

અમુનીતે મનો અસ્માદુ ધારય ઝાંધાતથે સુ  
મ તિથા ન આયુ- । રારંધિ ન સુર્વસ્ય સંદશિ  
છુતેમ ત્વં ત્વં સર્વં વર્ષયસ્ય ॥ (મં. ૧૦૫૯:૫)

‘હે અમુનીતે ! અમારી અંદર મનની ધારણા કરો અને અમારી આયુ ધણી લાંબી કરો. સૂરજ દર્શન અમે કરીએ. તું લીધી સરીર વધાર.’

આયુષ્ય વધારવાની રીત આ મંત્રમાં વર્ણન કરેલી છે. પહેલી વાત મનની ધારણાની છે. મનની ધારણા એવી દૃઢ

અને પાકી હોવી જોઈએ કે, તે પોતપોતાનો વડે દીર્ઘ જીવન અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીશ, તેમજ કોઈ કારણે મારું જીવન ક્ષીણ બનશે નહિ, આ પ્રકારે મનની પાકી કારણી કરવી જોઈએ. મનની દૃઢશક્તિ અને દૃઢવિશ્વાસ ઉપર જ સિદ્ધિ અવસંનિત હોય છે. સરજના પ્રકાશનો દીર્ઘ આયુ સાથે સંબંધ વેદમાં સુપ્રસિદ્ધ છે. જે માણસે પ્રાણુપાત્ર આદિ દ્વારા પ્રાણુનું બળ વધારવા છતાં તેમણે ધી પુષ્કળ ખાદ્ય પોતાનું શરીર પ્રજા સમુદાયને જોઈએ, પ્રાણુપાત્ર પુષ્કળ કરી ધી ન ખાય તો શરીર કૃષ્ણ બનશે. માટે પ્રાણુપાત્ર કરનારા લોકો માટે ઉચિત છે કે તે પોતાના ભોજનમાં ધી અધિક સેવન કરે.

આ પ્રકારે આ પ્રાણુનીતિનું શાસ્ત્ર છે. વાચકોએ આ મંત્રનો વિચાર કરી દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયોનું સાધન પ્રાણુપાત્ર દ્વારા કરવું.

## યજુર્વેદમાં પ્રાણુ વિષયક ઉપદેશ

### પ્રાણુની વૃદ્ધિ

પ્રાણુનું સંવર્ધન કરવાના વિષયમાં વેદનો ઉપદેશ નીચેના મંત્રમાં આપ્યો છે—

પ્રાણસ્ત આવાયતામ્ ॥ (યજુ. ૬૧૫)

‘તારા પ્રાણુ સંવર્ધિત થાય. ‘પ્રાણુની શક્તિ વધારવાની ધણી અવસ્થા હશે, કારણ કે પ્રાણુની શક્તિ સાથે બધા અવયવોની શક્તિનો સંબંધ છે, તેની સૂચના નીચેના મંત્ર આપી રહ્યો છે—

વેદ્મ પ્રાણો અંગે અંગે નિર્દીપ્યર્વેન્દ્ર ઉદાનો અંગે અંગે નિર્દીપ્ત ॥ (ય. ૬૧૨૬)

‘(વેદ્મ પ્રાણ:) આત્માની શક્તિથી પ્રેરિત પ્રાણુ પ્રત્યેક અંગમાં પહોંચ્યો છે, આત્માની શક્તિથી પ્રેરિત ઉદાન પ્રત્યેક અંગમાં રાખ્યો છે. ‘આ પ્રકારે આંતરિક શક્તિનું વણન વેદે કરેલું છે.

પ્રત્યેક અંગમાં પ્રાણુ રહે છે અને ત્યાં આત્માની પ્રેરણાથી કાર્ય કરે છે. આ મંત્રમાં એમ સૂચના મળે છે કે જે અંગ, અવયવ અથવા ઇંદ્રિયમાં પ્રાણુ શક્તિ જોઈ શકે, ત્યાં આત્માની પ્રબળ હાજરી શક્તિ વડે પ્રાણુની શક્તિ વધારી શકાય છે. આજ પૂર્વેકિત સ્વતંત્રતા કહેલી ‘આગિરસ-વિદ્યા’ છે, પોતાના કયા શરીરવ્યવસ્થા પ્રાણુશક્તિની ન્યૂનતા છે, તે બાણી પોતાની આત્મિક હિંમતે શક્તિ વડે ત્યાં પ્રાણુ-

શક્તિ પહોંચાડી, આજ આપણું આરોગ્ય વધારવાનો ઉપાય છે. વેદમાં જે ‘આગિરસ-વિદ્યા’ છે તે આજ છે. પ્રાણુનું રક્ષણ કરવા વિશે નીચેના મંત્ર જુઓ—

પ્રાણં મે પાહ્યપાનં મે વાહિ દ્યાનં મે વાહિ ॥

(ય. ૧૪૮૧૭)

‘મારા પ્રાણુ, અપાન અને વ્યાનનું સંરક્ષણ કરો. ‘તેમનું સંરક્ષણ કરવાથી જ તે પ્રાણુ બધા શરીરનું સંરક્ષણ કરી શકે છે. તેમજ—

પ્રાણં તે જુગામિ । (યજુ. ૬૧૫)

પ્રાણં મે તર્પયત । (યજુ. ૬૧૬)

‘પ્રાણુની પવિત્રતા કહું છું. પ્રાણુની તૃપ્તિ કરો. ‘તૃપ્તિ અને પવિત્રતાથી પ્રાણુનું સંરક્ષણ થાય છે. પ્રતિયોગ અત્યંત હોવાથી મનુષ્ય ભોગો તરફ ભ્રમ્ય છે અને પતિત થાય છે. આ પ્રકારે ભોગોમાં ફસેલા મનુષ્ય પોતાની પ્રાણુશક્તિ અર્થ ગ્રામી બેસે છે. માટે પ્રાણુનું સંવર્ધન કરવા છતાં મનુષ્યે પોતાનું જીવન પવિત્ર અને નિત્યનૃમ શક્તિથી વ્યતીત કરવું. અપવિત્રતા અને અસંતુષ્ટતા આ બે હોય પ્રાણુની શક્તિ ઘટાડનાર છે શક્તિ ઘટાડનાર કોઈ કાર્ય કરવું જોઈએ નહિ, કારણ કે—

પ્રાણં ન વીર્યં વસિ । (ય. ૨૧૪૬)

‘નાકમાં પ્રાણુશક્તિ અને વીર્ય વધારો. ‘પ્રાણુશક્તિ નાક સાથે સંબંધ રાખે છે અને જ્યારે આ પ્રાણુશક્તિ બળવાન થાય છે ત્યારે વીર્ય પણ વધે છે અને રિચર થાય છે. વીર્ય અને પ્રાણુ આ બંને શક્તિઓ સાથે રહે છે. શરીરમાં વીર્ય રહેવાથી પ્રાણુ રહે છે અને પ્રાણુ સાથે વીર્ય પણ રહે છે. એકબીજાની આસરે રહેનારી આ શક્તિઓ છે. જે મનુષ્ય અભ્યર્ચનું રક્ષણ કરી ઉપરેતો બને છે અને તેનો પ્રાણુ પણ બળવાન થાય છે, તેને પ્રાણુપાત્રની સિદ્ધિ સહેલાઈથી થાય છે. તેમજ જે આરંભથી પ્રાણુપાત્રનો અભ્યાસ નિયમપૂર્વક કરે છે તેમનું વીર્ય રિચર થાય છે. જે કે પૂર્વાગુણમાં કોઈ કારણસર કોઈનું અભ્યર્ચન પાલન ઘટી ગયું હોય, તો પણ તે નિયમપૂર્વક અનુશાનથી ઉત્તર જીવનમાં પ્રાણુ સાધનાથી પોતાના શરીરમાં પ્રાણુશક્તિનું સંવર્ધન અને વીર્ય રક્ષણ કરી શકે છે. જેનું અભ્યર્ચન પ્રથમથી જ સિદ્ધ હોય છે, તેને શીઘ્ર અને સહજ સિદ્ધિ થાય છે. પણ જેને આરંભથી સિદ્ધિ હોતી નથી તેને આ વાન પ્રપત્તિથી સિદ્ધ થાય છે. પ્રાણુશક્તિ સંવર્ધન માટેના ઉપાયોમાં ગાંધન પણ એક ઉપાય છે.

૧૮માં વિષ્ણુ રૂપે પ્રાણ રહે છે. તે રમ્ય સ્થિતિથી જાગી સરીરનું ધારણ કરે છે અને સૂક્ષ્મ સ્થિતિથી આત્માની સાથે ગૂંપત સંબંધ રાખે છે.

(૧૬) પ્રાણમાં આત્મા અને ધક્કાવટ દોતી નથી. શીતિ અને સંજોગ દોતો નથી. કારણ કે તેનો જાદા અથવા આત્મા સાથે સંબંધ હોય છે.

(૧૭) પ્રાણ સરીરમાં રહી અગ્રે પહેલે કરે છે. બીજા ક્ષત્રિયો ધારી જાય છે અને સુષ્ણુ જાય છે; પરંતુ પ્રાણ કદિ ધાકતો નથી કે વિખાતિ લેતો નથી તે બે વિજ્ઞાન લે તો અન્ય જ થાય છે.

(૧૮) માટે બધાએ પ્રાણને સ્વાધીન કરવો જોઈએ અને તેની સ્થિતિથી બળવાન થવું જોઈએ.

આ પ્રકારે આ સૂક્તનો ભાવ જોવા પછી વેદમાં બીજા પ્રાણ વિષયક જે જે ઉપદેશ છે તેનો વિચાર કરીશું.

અગ્નિદેહમાં પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ

અગ્નિદેહમાં પ્રાણ વિષયક નીચે આપેલો મંત્ર છે, તે જોવાથી અગ્નિદેહનો પ્રાણ વિષે ઉપદેશ સમજીશો—

પ્રાણાદ્યાસુરજાયત ॥

(મં. ૧૦૮-૧૧૩; અથર્વ. ૧૬૧.૧૭)

“પરમેશ્વરી પ્રાણસ્થિતિથી આ વાયુની ઉત્પત્તિ થઈ છે.” આ વાયુ અમારો પૃથ્વી રજાનીય પ્રાણ છે, વાયુ વગર એક ક્ષણ પણ જીવન રહેવું શક્ય નથી. બધા પ્રાણી આ વાયુને આજીવે છે. પરંતુ કોઈએ જોયું ન મળી લેવું કે આ વાયુ જ પ્રાણ છે. કારણ કે પરમેશ્વરી પ્રાણસ્થિતિથી તેની ઉત્પત્તિ છે. આ વાયુ અમારા ફેફસામાં જમાવે આવે છે, ત્યારે તેની સાથે પરમેશ્વરી પ્રાણસ્થિતિ અમારી જાંઘર આવે અને તેથી અમારું જીવન વ્યવસ્થિત થાય છે. આ બાવ પ્રાણાયામની વખતે મનમાં ધારણ કરવો જોઈએ. પ્રાણ જ જીવન છે, આ વિષે નીચેનો મંત્ર જુઓ—

આયુર્નં પ્રાણા । (મં. ૧૧૬.૧૧)

“પ્રાણ જ આયુ છે.” જ્યાં સુધી પ્રાણ રહે છે ત્યાં સુધી જ જીવન હોય છે તેથી જો દીર્ઘ આયુ હજી છે તેઓએ પોતાના પ્રાણને જ્યાં પ્રાણ રચાનારે મજબૂત બનાવવું. પ્રાણનું સ્થાન ફેફસામાં હોય છે. ફેફસા જલવાન

કરવાથી પ્રાણમાં જળાશી જાય છે અને તે દ્વારા રીધં જીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

અસુનીતિ

ગાજનીતિ, સમાજનીતિ, ગૃહનીતિ આ કબરો સમાન ‘અસુનીતિ’ કબર છે, રાજ્ય સ્થાપનાનો પ્રકાર રાજ્યનીતિથી વ્યક્ત થાય છે. તેજ પ્રકારે ‘અસુ’ એટલે પ્રાણનો વ્યવહાર કરવાની રીતિને ‘અસુનીતિ’ કહેવું છે. Grand to life, way to life એટલે જીવનનો માર્ગ આ ભાવ ‘અસુનીતિ’ કબર વ્યક્ત કરે છે, આ પ્રા. મેદાપુરસર, પ્રા. રાધ વગેરેનું કથન સત્ય છે. જુઓ—

અસુનીતે પુનરસ્માસુ વસુઃ પુનઃ પ્રાણમિદ નો  
વેદિ મોગમ્ । ય્યોક્ષ્યદ્યેમ સૂર્યમુદ્ધરંતમનુ-  
મતે સૂઠયા નઃ સ્વસ્તિ ॥ (મં. ૧૦૧૬.૧૬)

‘હે અસુનીતે ! અહીં જાગી અંદર ફરી ચશુ, પ્રાણ અને ભોગ ધારણ કર. સૂરજનો ઉદય અને ધર્મ દિવસો સુધી જોઈ કહીએ, હે અનુમતે ! અમને બધાને સુખી ॥ અને અમને સ્વાસ્થ્ય યુક્ત રાખ ’

‘અસુનીતિ’ એટલે ‘પ્રાણ ધારણ કરવાની રીત’ જ્યારે સમજાય છે, ત્યારે જાગીની સ્થિતિ ઝોલી થઈ હોય તો પણ ફરી ઉત્તમ દિગ્દિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે, પ્રાણ જવાની સંભાવના હોવા છતાં ફરી પ્રાણની સિધ્ધતા ફરી શકાય છે. ભોગ ભોગવાની અશક્યતા હોવા છતાં ભોગ ભોગવાની શક્યતા થાય છે. મનુ પાસે આવતાં સૂરજનું દર્શન અશક્ય હોવા છતાં દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ થવા પછી ફરી સૂરજની ઉપાસના થઈ શકે છે. પ્રાણનીતિને અનુકૂલ ભૂલિ રાખવાથી આ બધું થઈ શકે છે, તેમાં જરા પણ સંકો નથી. તેમજ—

અસુનીતે મનો અસ્માસુ ધારય ઝીવાતથે સુ-  
પ્ર સિદ્ધા નઃ આયુઃ । રારંધિ નઃ સૂર્યસ્ય સંદશિ  
પૂતેન સ્વં તન્મયં વર્ધ્યવસ્ય ॥ (મં. ૧૦૧૬.૧૭)

‘હે અસુનીતે ! અમારી અંદર મનની ધારણા કરો અને અમારી આયુ વધી લાંબી કરો. સૂરજ દર્શન અને કરીએ. તું લીધી કરીર વધારે.”

આયુષ્ય વધારવાની રીત આ મંત્રમાં વર્ણન કરેલી છે. પહેલી વાર મનની ધારણાની છે. મનની ધારણા એવી દઢ

અને પાકી હોવી જોઈએ કે, દુઃખોગસાધનો વડે દીર્ઘ જીવન અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીએ, તેમજ કોષ કારણે માંસ જીવન સીધું બનશે નહિ, આ પ્રકારે મનની પાકી ધારણા કરવી જોઈએ. મનની દૃઢશક્તિ અને દૃઢવિશ્વાસ ઉપર જ સિદ્ધિ અવશ્ય-જિત હોય છે. સુરજના પ્રકાશનો દીર્ઘ આયુ સાથે સંબંધ વેદમાં સુપ્રસિદ્ધ છે. જે માણસો પ્રાણાયામ આદિ દ્વારા પ્રાણનું બળ વધારવા છતાં તેમણે બી પ્રકારના આદિ પોતાનું શરીર પુષ્ટ રાખવું જોઈએ, પ્રાણાયામ પ્રકાર કરી બી ન ખાય તો શરીર કુશ્વ બનશે. માટે પ્રાણાયામ કરનારા લોકો માટે ઉચિત છે કે તે પોતાના ભોજનમાં બી અધિક સેવન કરે.

આ પ્રકારે આ પ્રાણીનિતું જાણ છે. વાયકોએ આ મંત્રનો વિચાર કરી દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયોનું સાધન પ્રાણાયામ દ્વારા કરવું.

## યજુર્વેદમાં પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ

### પ્રાણીની વૃદ્ધિ

પ્રાણનું સંવર્ધન કરવાના વિષયમાં વેદનો ઉપદેશ નીચેના મંત્રમાં આવ્યો છે—

પ્રાણસ્ત આપ્વાયતામ્ ॥ (યજુ. ૧૧૧૫)

‘તારો પ્રાણ સંવર્ધિત થાય.’ પ્રાણની શક્તિ વધારવાની પધ્ધતિ અવશ્યકતા છે, કારણ કે પ્રાણની શક્તિ સાથે બધા અવયવોની શક્તિનો સંબંધ છે, તેની સચ્ચતા નીચેના મંત્ર આપી રહ્યો છે—

વેદ્મઃ પ્રાણો અંગે અંગે નિર્વીર્યવર્વેન્દ્ર ઉદાનો અંગે અંગે નિધીતા ॥ (ય. ૧૨૧૬)

‘(વેદ્મઃ પ્રાણઃ) આત્માની શક્તિથી પ્રેરિત પ્રાણ પ્રત્યેક અંગમાં પહોંચ્યો છે, આત્માની શક્તિથી પ્રેરિત ઉદાન પ્રત્યેક અંગમાં રાખ્યો છે.’ આ પ્રકારે આંતરિક શક્તિનું વજન વેદે કરેલું છે.

પ્રત્યેક અંગમાં પ્રાણ રહે છે અને ત્યાં આત્માની પ્રેરણા થી કામ કરે છે. આ મંત્રમાં એક સચ્ચતા મળે છે કે જે અંગ, અવયવ અથવા ઈન્દ્રિયમાં પ્રાણ શક્તિ ઓછી હશે, ત્યાં આત્માની પ્રજ્ઞા છતાં શક્તિ વડે પ્રાણની શક્તિ વધારી શકાય છે. આજ પૂર્વોક્ત સૂક્તમાં કહેલી ‘આગિરસ-વિલા’ છે, પોતાના કયા શરીરાવયવમાં પ્રાણશક્તિની ન્યૂનતા છે, તે જાણી પોતાની આંતરિક છતાં શક્તિ વડે ત્યાં પ્રાણ-

શક્તિ પહોંચાડવી, આજ આપણું આરોગ્ય વધારવાનો ઉપાય છે. વેદમાં જે ‘આગિરસ-વિલા’ છે તે આજ છે. પ્રાણનું રક્ષણ કરવા વિષે નીચેના મંત્ર જુઓ—

પ્રાણ મે વાહ્યવાન મે વાદિ વ્યાન મે વાદિ ॥

(ય. ૧૪૮૧૭)

‘મારા પ્રાણ, અપાન અને વ્યાનનું સંરક્ષણ કરો.’ તેમનું સંરક્ષણ કરવાથી જ તે પ્રાણ બધા શરીરનું સંરક્ષણ કરી શકે છે. તેમજ—

પ્રાણ તે ગુંધામિ । (યજુ. ૧૧૧૪)

પ્રાણ મે તર્પયત । (યજુ. ૧૧૩૧)

‘પ્રાણની પવિત્રતા કહે છે. પ્રાણની તૃપ્તિ કરો.’ તૃપ્તિ અને પવિત્રતાથી પ્રાણનું સંરક્ષણ થાય છે. છનનથી અતૃપ્ત હોવાથી મનુષ્ય ભોગો તરફ જાય છે અને પનિન થાય છે. આ પ્રકારે ભોગોમાં ફસેલો મનુષ્ય પોતાની પ્રાણશક્તિ બચાવે શુભાવી બેસે છે. માટે પ્રાણનું સંવર્ધન કરવા છતાં મનુષ્યે પોતાનું જીવન પવિત્ર અને નિત્યમ જીવિતી વ્યતીત કરવું. અપવિત્રતા અને બસંગુષ્ટતા આ બે હોય પ્રાણની શક્તિ ધટાડનાર છે. શક્તિ ધટાવનાર કોષ કામ કરવું જોઈએ નહિ, કારણ કે—

પ્રાણ ન વીર્ય નસ્તિ । (ય. ૨૧૧૪૯)

‘નાકમાં પ્રાણશક્તિ અને વીર્ય વધારો.’ પ્રાણશક્તિ નાક સાથે સંબંધ રાખે છે અને જ્યારે આ પ્રાણશક્તિ બળવાન થાય છે. ત્યારે વીર્ય પણ વધે છે અને સ્થિર થાય છે. વીર્ય અને પ્રાણ આ બંને શક્તિઓ સાથે રહે છે. શરીરમાં વીર્ય રહેવાથી પ્રાણ રહે છે અને પ્રાણ સાથે વીર્ય પણ રહે છે. એકબીજાની આસરે રહેનારી આ શક્તિઓ છે. જે મનુષ્ય જીવનમાં રક્ષણ કરી જીવનરેતા બને છે અને તેના પ્રાણ પણ બળવાન થાય છે, તેને પ્રાણાયામની સિદ્ધિ સહેલાઈ થાય છે. તેમજ જે પ્રારંભથી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ નિયમપૂર્વક કરે છે તેમનું વીર્ય સ્થિર થાય છે. જો કે પૂર્વાધિષ્ઠમાં કોષ કારણવશ કોષનું જીવન પાશન તુટી ગયું હોય, તો પણ તે નિયમપૂર્વક અનુશાનથી ઉતાર જીવનમાં પ્રાણ સાધનાથી પોતાના શરીરમાં પ્રાણશક્તિનું સંવર્ધન અને વીર્ય રક્ષણ કરી શકે છે. જેનું જીવન પ્રથમથી જ સિદ્ધ હોય છે, તેને સોધ અને સદ્ગુણ સિદ્ધિ થાય છે. પણ જેને પ્રારંભથી સિદ્ધિ હોતી નથી તેને આ વાત પ્રથમથી સિદ્ધ થાય છે. પ્રાણ-શક્તિ સંવર્ધન માટેના ઉપાયોમાં પ્રાણ પણ એક ઉપાય છે.

ગાયન અને પ્રાણસાધિત

સામ પ્રાણં પ્રયત્તે । ( ૫૬. ૩૧૧ )

‘ પ્રાણને ધણ સામને શરણુ થઈ હું. ’ સામવેદ ગાયન અને ઉપાસનાનો વેદ છે. ધણ ઉપાસના અને ધણ મુજોના ગાયન વડે પ્રાણનું બળ વધે છે. કેવળ ગાનવિદ્યાથી પણ મનની એકાગ્રતા અને શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. માટે ગાયનથી દીર્ઘશ્રવન અને આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ગાયકોએ અત્યંત વ્યસનોમાં ન સપડાય તો તે બીજાઓ કરતાં દીર્ઘશ્રવન અને આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે, ગાયનનો આરોગ્ય સાથે અત્યંત સંબંધ છે. ઉપાસનાની સાથે પણ ગાયનનો સંબંધ છે. મન ગાયનથી ઉપાસનામાં અત્યંત તફીન થાય છે અને આજ તફીનતા પ્રાણશક્તિને પ્રબળ કરનારી છે. હાલમાં ગાયનનો ધંધો કરનારા અપુરૂષોએ પોતાનું આચરણ પણ જ પતિત બનાવ્યું છે. પણ તે દોષ ગાયનનો નથી, તે દોષ તે માણસોનો છે. તાત્પર્ય એ કે જે વાચકો પોતાના પ્રાણને બળવાન કરવા ઇચ્છે છે, તેઓએ સામગાયન અવસ્થા સીધું અથવા સાધારણ ગાયન સીધી તેનો ઉપાસનામાં ઉપયોગ કરી મનની તફીનતા પ્રાપ્ત કરવી.

મયિ પ્રાણાપાનો । ( ૫. ૩૧૧ )

‘ મારી અંદર પ્રાણ અને અપાન બળવાન રહે. ’ આ ઇચ્છા દરેક માણસ પોતાના મનમાં ધારણ કરે છે; પરંતુ ઠોષ ઠોષ વખતે વ્યવહાર તેની વિરૂદ્ધ કરે છે. ભયારે ઇચ્છા અનુસાર વ્યવહાર થઈ જશે ત્યારે સિદ્ધિમાં ઠોષ પ્રમાણે વિશ્વ થઈ શકશે નહિ. આ પ્રાણનું પ્રકરણ છે, એનો બહારનો સંબંધ મુક્ત વાયુ સાથે છે અને અંદરનો સંબંધ નાક આદિ રથાનો સાથે છે, તેથી કહ્યું છે કે—

વાર્તા પ્રાણેન કવાનેન નાસિકે । ( ૫. ૨૫૨ )

‘ પ્રાણથી વાયુની પ્રસરતા અને અપાનથી નાકની પૂર્તતા કરવી જોઈએ. ’ બાક શુદ્ધ અને પ્રસન્ન વાયુની સાથે પ્રાણ અપાન શરીરમાં ભળે છે અને નાક જ તેનું અવેક દાર છે. બાકવાયુની પ્રસરતા અને નાકની શુદ્ધિ અવસ્થા કરવી જોઈએ. નાકની મલીનતા અને અપવિત્રતાના કારણે પ્રાણની ગતિમાં રૂઝવટ થાય છે. પ્રાણની પ્રતિજ્ઞા માટે અપાન બળ પ્રયત્નો દોવા જોઈએ, તેની સચ્ચતા નીચેના મંત્રોથી મળે છે—

પ્રાણની પ્રતિજ્ઞા

વિશ્વસ્ય પ્રાણાયાપનાય વ્યાનાયોદાનાય પ્રવિષ્ઠાય  
ચરિત્રાય ॥ ( ૫. ૧૩૧૬; ૧૪૧૨; ૧૫૧૪ )

વિશ્વસ્ય પ્રાણાયાપનાય કવાનાય વિશ્વં ઇયોતિ-  
યંચ્છ ॥ ( ૫. ૧૩૧૬; ૧૪૧૪; ૧૫૧૪ )

પ્રાણાય સ્વાહાપાનાય સ્વાહા વ્યાનાય સ્વાહા ॥  
( ૫. ૨૨૨૩; ૨૩૧૮ )

‘ પ્રાણ, અપાન, વ્યાન, ઉદાન આદિ બધા પ્રાણોની પ્રતિજ્ઞા અને વેમનો વ્યવહાર ઉત્તમ રીતે થવો જોઈએ. બધા પ્રાણોને તેજસ્વી કરો. બધા પ્રાણો માટે ત્યાગ કરો. ’

દરેક માણસે, પોતાના આચરણના કારણે પ્રાણનું બળ વધી રહ્યું છે કે ઘટી રહ્યું છે, પોતાની પ્રાણની પ્રતિજ્ઞા વધે છે કે ઘટે છે, પોતાના પ્રાણના વ્યવહાર સારી રીતે ચાલે છે કે તેમાં કોઈ ખામી છે, પોતાના પ્રાણનું તેજ વધી રહ્યું છે કે ઘટી રહ્યું છે, તે જોવું ઉચિત છે, તે જોવું દરેકનું કર્તવ્ય છે. તે વિષે વિચાર કરવાથી જ દરેક ભૂલથી શકે છે કે હું પોતાનું પ્રાણ વિષયક કર્તવ્ય યોગ્ય પ્રકારે કરી રહ્યો છું કે નહિ ! પ્રાણ વિષયક કર્તવ્યનું સ્વરૂપ ‘ સ્વાહા ’ શબ્દ દ્વારા બહુ ઘટ્ટ રહ્યું છે. બીજા બધી ઉદ્વિગ્ન ગૈરુ છે, પ્રાણ મુખ્ય છે, તેથી અન્ય ઉદ્વિગ્નના બાગોનો સ્વાહાકાર પ્રાણના સંવર્ધન માટે થવો જોઈએ. એટલે ઉદ્વિગ્નને ભોગ ભોગવા માટે જે શક્તિ અર્થે ઘટ્ટ રહી છે, તેનો મોટો ભાગ પ્રાણશક્તિ તવારવા માટે અર્ચ થવો જોઈએ. મનુષ્યના સામાન્ય વ્યવહાર ભેવાથી સમભરી કે ઉદ્વિગ્નભોગ ભોગવામાં જો ૧૦૦ મીથી ૯૯ ભાગ અર્ચ થતો હોય તો પ્રાણસંવર્ધનમાં એક ભાગ પણ અર્ચ થતો નથી. મુખ્ય પ્રાણ માટે કેંઈ શક્તિ અર્ચ થતી નથી પરંતુ ગૈરુ ઉદ્વિગ્નભોગના માટે જ બધી શક્તિનો વ્યય થઈ રહ્યો છે ! શું આ બાલકની વાત નથી ! અરે જોતાં મુખ્ય માટે અધિક અને ગૈરુ માટે ઓછો વ્યય હોવો જોઈએ. આજ નહ કહ્યું છે કે પ્રાણના સંવર્ધન માટે પોતાની શક્તિ સ્વાહા કરો. પોતાની સમય, પ્રયત્ન, મજા અને બીજા બધા સાધનો પ્રાણસંવર્ધન માટે ફેટલા અર્ચ થાય છે અને ભોગના માટે ફેટલા અર્ચ થાય છે, તેનો વિચાર કરવો. મનુષ્યોનો વ્યવહાર ઉલટો ઘટ્ટ રહ્યો છે, તેથી તે વિષે શાવધાનતા રાખવી. દરરોજના એવા વિભાગ કરવા જોઈએ કે જ્યાં મોટો ભાગ પ્રાણસંવર્ધન કાર્યમાં સમર્પણ થાય. જુઓ—

રાજા એ પ્રાણઃ । ( ૫. ૨૦૫ )

‘ મારો પ્રાણ સભ્ય છે. ’ આખા શરીરનો વિચાર કરતા અગર ઘડી ભળે છે કે બધાનો સભ્ય પ્રાણ છે, એમ મોક્ષ

સમગ્ર સેનું કે પોતાનો પ્રાણુ અરેખર રાખ જ છે. જ્યારે તમારા ધરમાં રાખ પડેલો થઇ આવે છે, તે વખતે તમે રાખનું આદરલિધ્ય કરો છો અને તેના નોકરો તરફ પણ જરૂર ખ્યાન આપો છો પણ રાખની તરફ જેટલું ખ્યાન અપાય છે તેટલું નોકરો તરફ અથવા ખીભ કોખના તરફ અપાતું નથી. તે જ ન્યાય અહીં છે. આ શરીરમાં પ્રાણુનામક રાખ અતિધિ આવેલો છે અને બધી ઈંદ્રિયો તેના અનુચર છે, માટે પ્રાણુની સેવા-શુશ્રૂષા વધારે કરવી જોઇએ, કારણ કે તે ઠીક રહેશે તો ખીભ અનુચરો ઠીક રહેશે. પરંતુ જો રાખ અસંતુષ્ટ થઇ ચાલ્યો જાય તો એક પણ અનુચર તમને મદદ કરી શકશે નહિ.

હાલમાં ઈંદ્રિયોના ભોગ વધારવા પાછળ જ બધા પડી જાય છે. પ્રાણુની શક્તિ વધારવાનો ખ્યાલ કોઇ કરતા નથી. તેથી પ્રાણુ અપ્રસન્ન થઇ જતો આ શરીરને ઊંડી ચાલ્યો જાય છે. જ્યારે પ્રાણુ શરીરને ઊંડાના સાગે છે ત્યારે ખીટી ધન્દિય-શક્તિઓ પણ તેની સાથે આ શરીરને ઊંડી જાય છે. તેજ અસ્પષ્ટવત્તું કારણ છે. પણ ધણીજ ઓછા લોકો તે ભોગવો વિચાર મારેલી કરે છે. તાત્પર્ય ધન્દિયભોગ ભોગવા માટે શક્તિ કમી અર્થે કરવી જોઇએ, તેનો સંયમ જ કરવો જોઇએ અને જો જગ હોય તો તે અર્પણ કરી પ્રાણુની શક્તિ વધારવાની પરાક્રમ કરવી જોઇએ. પોતાના પ્રાણુને ખરાબ અથવા ખોટા કામ માટે ખર્ચ કરવામાં મણી મોટી હાની થાય છે. દુર્ભાસનો અને કુકર્મો પણ કેટલા છે જેમાં લોકો પોતાના પ્રાણુ અર્પણ કરવા આનંદથી પ્રવૃત્ત થાય છે. વાસ્તવિક જોતાં સત્કર્મમાં જ પોતાની પ્રાણુશક્તિ ખર્ચ કરવી જોઇએ. જુઓ, વેદ શું કહે છે—

સત્કર્મં અને પ્રાણુ

માયુર્યજ્ઞેન કલ્પતાં પ્રાણો યજ્ઞેન કલ્પતામ્ ।

( ય. ૯.૧૨.૧; ૧૮.૧૮.૨૨.૩૩ )

પ્રાણશ્ચ મેડપાનશ્ચ મે વ્યાનશ્ચ મે મસુશ્ચ મે યજ્ઞેન કલ્પતામ્ । ( ય. ૧૮.૨ )

પ્રાણશ્ચ મે યજ્ઞેન કલ્પતામ્ । ( ય. ૧૮.૨૨ )

‘ મારું જીવન પૃથ્વી વધે, મારો પ્રાણ પૃથ્વી સમર્થ થાય. મારો પ્રાણ, અપાન, વ્યાન અને સાધારણ પ્રાણુ થઇ વડે જગવાનું થાય મારો પ્રાણ પૃથ માટે સમર્પિત થાય. ’

પૃથનો અર્થ સત્કર્મ છે. જે કર્મ સાથે મહાન પુરુષોનો

સંકાર થાય છે, બધાનો વિરોધ દૂર થઇ એકતાની શક્તિ થાય છે અને પરસ્પર ઉપકાર થાય છે તેને યજ્ઞ કહેવાય છે. યજ્ઞ અનેક પ્રકારના છે, પરંતુ યજ્ઞરૂપે બધા યજ્ઞોનું તત્ત્વ ઉક્ત પ્રકારનું છે. તેથી યજ્ઞની સાથે પ્રાણુનો સંબંધ આવવાથી પ્રાણુમાં જગ વધવા સામે છે સ્વાર્થ અને પોતાના માટે જ કરાવેલા કર્મેના કારણે પ્રાણુશક્તિનો સંકોચ થાય છે અને જનતાના કલ્યાણનું વ્યાપક કર્મ કરવા માટે પ્રવૃત્ત થવાથી પ્રાણુની શક્તિ વિકાસ પામે છે. વાચકો આ પ્રમાણે પોતાને શુભ કર્મોમાં પડેલી, સમર્પિત કરી પોતાના પ્રાણુને વિશ્વાસ કરો. વેદમાં અગ્નિ આદિ દેવતાઓનું ન્યાય વર્ણન આપ્યું છે ત્યાં તેમનો પ્રાણુ-રક્તક ગુણ પણ વર્ણવ્યો છે. કારણ કે જે દેવતા પ્રાણુરક્તક હોય તેની જ ઉપાસના કરવી જોઇએ. જુઓ—

પ્રાણુદાતા અગ્નિ

પ્રાણદા મવાનદા વ્યાનદા યજ્ઞોદા વરિયોદા. ।

( ય. ૧૭.૧૫ )

પ્રાણવા મે મવાનવાચાસુત્પાઃ ધોજવાદ્વ મે ।

ધાવો મે વિશ્વમેષજો મનસોઽસિ વિલાયકઃ ॥

( ય. ૨૦.૩૪ )

‘ તું પ્રાણ, અપાન, વ્યાન, તેજ અને સ્વાર્થાભ આપનારો છે. તું મારો પ્રાણ, અપાન, આત્મા, હાન વગેરેનો સંરક્ષક છે. મારી વાણીના દોષ દૂર કરનારો તેમજ મનને શુદ્ધ અને પવિત્ર કરનારો છે. ’

પ્રાણનું સત્કર્મ માટે પ્રદાન કરવું, પ્રાણનું સંરક્ષણ કરવું, ઈન્દ્રિયોનો સંયમ કરવો. વાણીના દોષ દૂર કરવા અને મનની પવિત્રતા કરવી આ કાર્ય સદ્મરૂપે ઉપરના મંત્રનો કલા છે. એટલું કરવાથી પ્રાણુસ તેના જીવનમાં સફળ થયો એમ કહેવાય. મન અને વાણી પવિત્ર ન હોવાના કારણે દુનિયામાં કેટલા અનર્થો થઇ રહ્યા છે તેની ગણના થઇ શકે નહિ. મન, વાણી, ધન્દિય અને પ્રાણ એમની સ્વાધીનતા પ્રાપ્ત કરવા માટે જ બધા ધર્મ અને કર્મો થાય છે. તેથી પોતાની ઉત્તમ ધન્દિય લોકોએ આ કર્તવ્ય તરફ હંમેશા પોતાનો ખ્યાલ રાખવો જોઇએ. હવે પ્રાણુની વિશ્રુતિ બતાવનારો મંત્ર જુઓ—

અયં પુરો મુષ । તસ્ય પ્રાણો મૌવાયનો ઘસન્ત.

પ્રાણાયનઃ ॥

( ય ૧૩.૫૪ )

‘તે આમળ બુવયોઃ છે, તેમાં રહે છે તેથી તેને જોતાપણ કહે છે, વસન્ત પ્રાણુપન છે.’

‘ભૂલોક પૃથ્વી છે અને અંતરિક્ષ લોક બૂવયોઃ છે, આ પ્રાણુનું રચાન છે, આ અન્તરિક્ષમાં પ્રાણુ વ્યાપક છે, વાયુનું અને પ્રાણુનું એકજ રચાન છે, બન્ને અંતરિક્ષમાં જ રહે છે, વસન્ત પ્રાણુનો પ્રભુ છે, કારણ કે આ પ્રભુમાં બધા જગતમાં પ્રાણુ સક્રિયતા સંચાર થઈ બધા જીવોને નવજીવન પ્રાપ્ત થાય છે, આ પ્રાણુનો અવતાર બધાએ જોયો નોંધ્યો, પ્રાણુના સંચારથી દુનિયામાં કેટલું પરિવર્તન થાય છે તેનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ અહીં દેખાઈ આવે છે, આ પ્રભુમાં બધા જીવ આદિ જીવન પદ્ધતિથી મુશ્કેલીન થાય છે, જીવોથી યુક્ત દેવાળા કારણે પૃથ્વીના પ્રાપ્ત કરે છે, જળ, ફૂલ અને પદ્મવન બધી સૃષ્ટિના નવજીવનનો સાક્ષી આપે છે, આ પ્રકારે જેમને પ્રાણુ પ્રસન્ન થાય છે, તેમને મધુ સ-ફલ-ના પ્રાપ્ત થાય છે, જે પ્રકારે બધી સૃષ્ટિ પ્રાણુની પ્રસન્નતાથી પુષ્પવતી અને ફલવતી થાય છે તે પ્રકારે પ્રાણુસ પશુ પ્રાણુને વશ કરવાથી પોતાના અભીષ્ટમાં સફલતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

### પ્રાણુ સાથે ઇન્દ્રિયોનો વિકાસ

મુતી વેળા આપણું ઇન્દ્રિયો કેવી રીતે નરમ બની જાય છે અને ફરી જામત વેળા કેવાં બ્યક્ત, તેજ બને છે, તેનો વિચાર કરી કરવો તેથી પોતાના આત્મા અને પ્રાણુ-સક્રિયતા સહવરનો પનો લાગે છે તેનો પ્રકાર જુઓ—

પુનર્મનઃ પુનરાયુર્મ આગમ્પુનઃ પ્રાણઃ પુનરાત્મા  
મ આગમ્ પુનઃપ્રાણુઃ પુનઃ ઓર્ગ્ઝ મ આગમ્  
વૈશ્વાનરો મદ્રગ્વસ્તનૂપા મર્મિન પાતુ દુરિતા-  
સ્વપાત્ ॥ (૫. ૪૩૧૫)

‘માર્ગ મન, આયુ, પ્રાણ, આત્મા, ઓર્ગ્ઝ, કાન વગેરે ફરી મને પ્રાપ્ત થયાં છે સરીરનો રક્ષક, બધા લોકોનું કલ્યાણ કરનારો આત્મા પાપોથી અમને બચાવે બચાવે.’

મુતી વેળા મન વગેરે બધી ઇન્દ્રિયો લીન-યત્ર ગમ લીની, જો કે પ્રાણુ જાગૃત હોય પશુ તેના કાર્યની અમને માહિતી હતી નહીં, તે બધું કાઢીની જેમ આગળ ફરી નું પ્રાપ્ત થયું છે, આ આત્માની સક્રિયતા, અગ્રાજ કેટલો આશ્ચર્ય-કારક છે! તે આત્મસક્રિય અમને પાપથી બચાવે, પ્રાણુસક્રિય ની સાથે આ સક્રિયજીવ લીન થયું અને ફરી પ્રાપ્ત થયું

દરરોજ થઈ રહ્યું છે, તેનો વિચાર કરવાથી પુનર્જન્મનું જ્ઞાન થાય છે, કારણ કે જે બાળકો નિદ્રા સમયે થાય છે તે તેની જ રીતે મરણ સમયે પણ થાય છે અને તે જ પ્રકારે મહા-પ્રત્યક્ષના સમયે પણ થાય છે, નિવન બધે એક જ છે, પ્રાણુ સાથે બીજી ઇન્દ્રિયો કેવી રીતે રહે છે, પ્રાણુ કેવી રીતે જાગે છે અને અન્ય ઇન્દ્રિયો થાકી જઈ કેવી રીતે લીન બની જાય છે તેનો વિચાર કરવાથી પોતાના આત્મસક્રિયનું જ્ઞાન થાય છે અને તે જ્ઞાન પોતાની સક્રિયતા વિકાસ કરવા માટે સહાયક થાય છે, આપણા પ્રાણુનો વિશ્વવ્યાપક પ્રાણુ સાથે સંબંધ છે તે જોયો નોંધ્યો, એવી સૂચના નીચેના મંત્રમાં આપી છે.

### (વૈશ્વવ્યાપક પ્રાણુ)

સં પ્રાણઃ પ્રાણેન ગચ્છતામ્ ॥ (૫. ૧૧૮)

સં તે પ્રાણો વાતેન ગચ્છતામ્ ॥ (૫. ૧૧૯)

‘પોતાનો પ્રાણુ વિશ્વવ્યાપક પ્રાણુ જોડે સંમન થાય, તારો પ્રાણુ વાયુ જોડે સંમન થાય,’ તાર્કિક આપણે પ્રાણુ અસમ નથી, તે સાર્વભૌમિક પ્રાણુનો એક ભાગ છે, તે હૃદયે પોતાના પ્રાણુને જ્વલ્યવો જોડ્યો, બધા અંતરિક્ષમાં પ્રાણુનો હરિયો કાર્યો છે, તેમાંથી યોડે પ્રાણુ મારી અંદર આવી મારા સરીરમાં જીવન આપી રહે છે, શ્વાસ-અશ્વાસ દ્વારા તે જ સાર્વભૌમિક પ્રાણુ અંદર જઈ રહ્યો છે, વગેરે ભાવના મનમાં પારણ કરી જોડ્યો, ‘તાર્કિક’ આ સાર્વ-ભૌમિક હૃદય મેઝા પારણ કરી જોડ્યો, બધાની ઉત્તિમાં એકની ઉત્તિ છે, સમહિતી ઉત્તિમાં વ્યક્તિની અસાધ છે આ વૈદિક સિદ્ધાંત છે, આરે સમહિતી વ્યાપક હૃદય પ્રત્યેક ઉપાસકની અંદર ઉત્પન્ન થતી જોડ્યો, તે ઉપર કહો પુનઃપ્રાણુ થઈ શકે છે, આ પ્રાણુ વિશે બીજી કેટલીક જાણતો નીચેના મંત્રમાં જુઓ—

### લક્ષનારો પ્રાણુ

અર્ચિર્ન મેષો નસિ વીર્યાય, પ્રાણરુપ પંચા બમ્ભો  
ગ્રહાર્યામ્ ॥ સરસ્વાયુરધાકેર્વર્ણનં નસ્યામિ શર્દિ-  
વેદરેજ્જાન ॥ (૫. ૧૬૮૦)

‘(મેષા મ) ષેટાની સમાન લક્ષનારો (અર્ચિ) સંરક્ષક પ્રાણુવાયુ વીર્ય માટે (નસિ) નાકમાં રાખ્યો છે, (ગ્રહાર્યા) શ્વાસ ઉત્પન્ન થાય તે બધું ને પ્રાણુ વડે પ્રાણુનો અમૃતપાન મારું બન્યો છે, (વેદરેઃ) ડપવાકો’ રિયર



સ્તુતિઓ વડે ( સરસ્વતી ) સુપુષ્પા નાદી ( દયાને ) સર્વ શરીર વ્યાપક બાન પ્રાણને તેમજ ( મર્યાદાને ) નાક બોડે સંબંધ રાખનારા બીજા પ્રાણોને ( સદિઃ જ્ઞાન ) પ્રગટ કરે છે. '

૨૫મી કરનાર, શત્રુની સાથે યુદ્ધ કરી તેના પરાજય કરનારો થોડા હોય છે. તેજ પ્રાણનું કાર્ય આપણા શરીરમાં છે. બધી વ્યાધિઓ બાને શરીરના બધા સ્ત્રુઓ સાથે લટી, શરીરનું આરોગ્ય નિત્ય સુરિધિતિમાં રાખવાનું કાર્ય કરનારા મહાવીર આપણા શરીરમાં મુખ્ય પ્રાણ જ છે. તે ઘેટાની જેમ લડે છે. તેનું નામ ' અગ્નિ ' છે. કારણ તે અવન એટલે આખા શરીરનું સંરક્ષણ કરે છે. અવનના બીજા અર્થો પણ એવા જેવા છે—રક્ષણ, ગતિ, ક્રાંતિ, પ્રીતિ, તપ્તિ, યાન, પ્રવેશ, અવરણ, સ્વામિત્વ, પ્રાધેના, હસ્ત, તેજ, પ્રાપ્તિ, આસિંગન, દિસા, દાન, ભાગ અને શક્તિ એટલા અવધાનના અર્થો છે. આ બધા અર્થો પ્રાણનાયક ' અગ્નિ ' શબ્દમાં છે. પ્રાણનું કાર્ય આ શબ્દો વડે વ્યક્ત થાય છે. વાયકોએ આ અર્થ લઈ પોતાના પ્રાણ અને ધર્મ તેમજ ધર્મ જાણવાનો યત્ન કરેલા.

આટલા કાર્યો કરનારા સંરક્ષક પ્રાણ આપણા નાકમાં રહ્યો છે. નાકના રચનામાં રહેલો એક જ પ્રાણ આપણા શરીરમાં ઉપર કહેલા બધા કાર્યો કરે છે. એજ તેનું મહત્ત્વ છે. આ પ્રાણનો માર્ગ ' અન્યત ' મય છે. એટલે આ માર્ગમાં અરણ્ય નથી. આ માર્ગનું રક્ષણ કરનારા તે મહો છે. ' આસ અને ઉચ્છ્વાસ ' આ બે શબ્દ આ માર્ગનું સંરક્ષણ કરી રહ્યા છે. બધાને તાપે રાખનારા, બધાનું મહત્ત્વ કરનારા, મહો હોય છે. આસ અને ઉચ્છ્વાસ વડે આખા શરીરનું ઉત્તમ મહત્ત્વ ધરાવેલું છે, માટે તે મહો છે. આ બે મહોના કારણે પ્રાણનો માર્ગ અરણ્યરહિત થયો છે. જ્યાં સુધી આસ અને ઉચ્છ્વાસ ચાલે છે ત્યાં સુધી શરીરમાં ' અન્યત ' રહે છે. પરંતુ જ્યારે બે મહો દૂર જાય ત્યારે અરણ્ય આવે છે

' છડા, પિંગલા અને સુપુષ્પા ' આ ત્રણ નાદીઓ શરીરમાં છે. તેમને જ ' ગંગા, જમુના, સરસ્વતી ' પણ કહે છે. એટલે સરસ્વતી તે સુપુષ્પા નાદી તેમાં પ્રાણની પ્રેરકશક્તિ છે. ચિત્તરિયર કરી જે ઉપાસના કરે છે, એટલે દહિયાસ થી જે પરમાત્માની કબિત કરે છે, તેની અંદર સુપુષ્પા દ્વારા આ પ્રાણ વધારે પ્રભાવ પાતો છે. તાત્પર્ય ઉપાસનાની જોડે

જ પ્રાણનું બધું વધે છે. બાન પ્રાણ તે છે કે જે શરીરને વ્યાપી રહે છે અને બીજા પ્રાણ નસ એટલે નાસિકા સાથે સંબંધ રાખનારા પ્રાણ છે. આ બધા પ્રાણોની પ્રેરણા સુપુષ્પા નાદી કરે છે. પરમેશ્વરકૃતિનું બળ આ સુપુષ્પામાં વધે છે અને તે વડે પ્રાણનું સામર્થ્ય પણ પ્રગટ થાય છે.

### સરસ્વતીમાં પ્રાણ

આ મંત્રમાં પ્રાણવાયમ સાધનાની કેટલીક ગ્રામ વાતો સરસ શબ્દો વડે લખી છે. તેથી વાચકોએ આ મંત્રનો વિશેષ વિચાર કરવો જોઈએ. આ મંત્રમાં જે સરસ્વતીનું વર્ણન આવ્યું છે, તેજ વર્ણન નીચેના મંત્રમાં જુઓ—

અશ્વિના તેજસા ચક્ષુઃ પ્રાણેન સરસ્વતી વીર્યમ્ ।  
વાર્ષ્વેદો વલેતેદ્રાવ વધુરિદ્રિયમ્ ॥ ( ૫. ૨૦૮૦ )

' અશ્વિદેવો તેજની સાથે ચક્ષુ આપે છે. સરસ્વતી પ્રાણ શક્તિની સાથે વીર્ય આપે છે. દંદ્ર ( દંદ્રાવ ) જીવાત્મ. માટે વાર્ષી અને બલની સાથે દિવિદશકિત અર્પણ કરે છે. '

આ મંત્રમાં સરસ્વતી જીવનશક્તિ સાથે વીર્ય આપે છે એમ કહ્યું છે. આ સરસ્વતી શબ્દ પણ પૂર્વોક્ત સુપુષ્પા નાદીનો વાયક છે. અશ્વિનો શબ્દ ધન અને અશ્વ શક્તિઓનો વાયક છે.

આ મંત્રમાં દંદ્ર શબ્દ બેવાર આવ્યો છે. પહેલો પરમાત્મા વાયક અને બીજો જીવાત્મા વાયક છે. દિવિય શબ્દ આત્માની શક્તિનો વાયક છે. કેટલાક લોકો સરસ્વતી શબ્દનો નહીં અર્થ લઈ વિલક્ષણ અર્થ કરે છે, તેઓએ આ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે વેદિક શબ્દ આધ્યાત્મિક શક્તિઓનો વાયક મુખ્યતઃ છે અને પછી અન્ય પદાર્થોના વાયક હોય છે. હવે પ્રાણ વિષે બીજા બે મંત્ર જુઓ—

### લોજન અને પ્રાણ

ધ્યાન્યમસિ ધિતુર્હ દેવાન્ પ્રાણાય સ્યોદાનાય  
ત્વા ધ્યાનાય સ્વા । વૌર્ધામ્નુ પ્રસિતિમાયુષે ધામ્ ॥  
( ૫. ૧૨૦ )

પ્રાણાય મે ઘર્ષોદા ઘર્ષલે પવસ્થ ધ્યાનાય મે  
ઘર્ષોદા ઘર્ષલે પવસ્થોદાનાય મે ઘર્ષોદા ઘર્ષલે  
પવસ્થ ॥ ( ૫. ૧૨૭ )

' તુ બનાજ છે દેવાને ધન્ય કરે. પ્રાણ, ઉદાન અને બાનને માટે તારો સ્વીકાર કરે છું. જીવન માટે દીર્ઘમર્ષા

ધારણ કરે છે. મારા પ્રાણ, બ્યાન અને ઉદાન તેમની શક્તિ માટે શુદ્ધ બને. '

સાત્ત્વિક પાન્યનો આદાર ઈદિયાદિક દેવોને શુદ્ધ, પવિત્ર અને પ્રસન્ન કરે છે. સાત્ત્વિક બોજનથી પ્રાણનું જલ વધે છે અને શ્રવન વધે છે. શુદ્ધતાથી પ્રાણની શક્તિ વિહસિત થાય છે. વગેરે પણ હિતમ કામ ઉપરના મંત્રોમાં વાચ્ય નેષ્ટ થાય છે. વધુ એક મંત્ર જુઓ—

સહસ્રાક્ષ અગ્નિ

અગ્ને સહસ્રાક્ષ કાતમૂર્ધ્યં છતં તે પ્રાણાઃ સહસ્રં વ્યાનાઃ । ઈવં સાહસ્રસ્ય રાય હંસિવે તસ્યૈ તે વિષેમ યાજાય સ્વાહા ॥ (૫. ૧૭૭૧)

'હે હજાર આંખોવાળા અગ્નિ ! તારા સેંકડો પ્રાણ સેંકડો બ્યાન અને હજાર ઉદાન છે. સહસ્ર થનો ઉપર તારું પ્રભુત્વ છે. તેથી શક્તિ માટે અમે તારી પ્રશંસા કરીએ છીએ.'

આ મંત્રનો 'સહસ્રાક્ષ અગ્નિ' આત્મા છે, શતકવુ, દંદ, સહસ્રાક્ષ વગેરે શબ્દો આત્મા વાચ્ય જ છે. સહસ્ર તેનેને ધારણ કરનારો આત્મા જ સહસ્રાક્ષ અગ્નિ છે. પ્રાણ, ઉદાન, બ્યાન વગેરે બધા પ્રાણ સેંકડો પ્રકારના છે. પ્રાણનું રચાન શરીરમાં નિશ્ચિત છે. હૃદયમાં પ્રાણ છે, ગ્રહામાં અપાન છે, નાભી રથાનમાં સમાન છે, કંઠમાં ઉદાન છે અને બ્યાન સર્વશરીરમાં ફરેલો છે. પ્રત્યેક ડેહાણે નાના મોટા અવયવો છે અને પ્રત્યેક અવયવમાં સૂક્ષ્મ ભેદ હજારો છે. પ્રત્યેક રથાનમાં અને સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મ ભેદમાં તે તે પ્રાણની ઉપરિચિતિ છે. તાત્પર્ય પ્રત્યેકના પ્રાણના સેંકડો અને હજારો ભેદ હોય છે. આ પ્રકારે આ પ્રાણશક્તિના વિસ્તાર હજારો રૂપેથી આપ્યા શરીરમાં સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મ અંશમાં થયો છે. કારણ કે પ્રાણશક્તિ વધ હોવાના કારણે બધા અંગપ્રત્યંગો પોતાના સ્વાધીન બની જાય છે અને પ્રાણશક્તિને વશ થવાથી આપ્યા શરીરની નિરોગીતા પણ સિદ્ધ થાય છે.

આ પ્રકારે યજુર્વેદમાં પ્રાણવિષયક ઉપદેશ છે. યજુર્વેદનો ઉપદેશ ક્રિયા-પ્રધાન હોય છે. તેથી વાચકોએ તે ઉપદેશ તરફ અનુકરણરૂપે જેવું અને તે ઉપદેશ પોતાના આચરણરૂપ ઉતારવા પ્રયત્ન કરવા.

સામવેદ ઉપાસનાત્મક હોવાથી પ્રાણની સાથે તેનો બંધન સંબંધ છે. ડેહલાક તેને આ કારણે 'પ્રાણવેદ' પણ સમજે

છે. ઉપાસના વડે પ્રાણનું જે જલ વધે છે, તેટલી જ મદદ સામવેદથી તે વિશે થાય છે. બીજી બાબતોનો ઉપદેશ આપવો બીજા વેદોનું કામ છે. તેથી અહીં એટલું જ કહીએ કે જે પરમાત્માપાસનાનો વિષય છે, તેને પ્રાણશક્તિનો વિશાસ કરવા માટે વાચક અત્યંત આવરણ સમજી અનુકરણ કરતી વેળા તેને ક્યાં કરે. હવે અથર્વવેદનો પ્રાણવિષયક ઉપદેશ નેષ્ટ—

અથર્વવેદનો પ્રાણવિષયક ઉપદેશ

પ્રાણાપાનો મૃત્યોર્મા વાતં સ્વાહા ॥ (અં. ૩.૧૬૧)   
મેમં પ્રાણો હાસીન્મો અવામઃ ॥ (અં. ૨.૨૮૭)

'પ્રાણ અને અપાન અને મૃત્યુથી બચાવે. પ્રાણ અપાન એમને છોડી ન જાય.' આ મંત્રોમાં પ્રાણની શક્તિનું સ્વરૂપ જણાવ્યું છે. પ્રાણની સહાયતા વડે મૃત્યુથી સંરક્ષણ થાય છે. પ્રાણને વશ થાન તો વધી મૃત્યુનું અપ નહિ. મૃત્યુનું અપ દટાવવા માટે પ્રાણની પ્રસન્નતા કરવી નેષ્ટ છે. જુઓ—

પ્રાણ પ્રાણં વાયસ્વાલો અસંવે મુદઃ । નિર્ઋતે નિર્ઋત્યા નઃ વાસોઽમ્યો મુદ્ધ ॥ ૪ ॥   
વાતા પ્રાણઃ ॥ ૫ ॥ (અં. ૧૬૧૪)

'હે પ્રાણ ! અમારા પ્રાણનું રક્ષણ કર. હે શ્રવન ! અમારા શ્રવનને સુખમય કર. હે અનિયમ ! અનિયમના પાશોથી અમને બચાવ.'

પોતાની પ્રાણશક્તિનું સંરક્ષણ કરવું નેષ્ટ છે. પોતાના શ્રવનને મંત્રસમય બનાવવું નેષ્ટ છે. નિર્ઋતીના જાળમાંથી બચાવવું નેષ્ટ છે. 'નિર્ઋતિ, નો અર્થ—'પ્રમતિ, ઉભવિ, સન્માન', ઉદ્ભવ', અભ્યુદય, યોગ્યતા, સાચ, સંધિ, માન', સંરક્ષણ, પવિત્રતા' એટલા છે. અર્થાત્નિક'તિના અર્થ—અવનવિ, કુમાર', અપકર્ષ', અયોગ્યરિતિ, અસન્માન', વાંછી યાચ, હાતપાતની રીત, અપવિત્રતા' આ હોય છે. નિર્ઋતિની સાથે જનારો ખરેખર અધોગતિમાં જ જાય છે. માટે આ વાંછી માગના અથજાળમાંથી બચવા પ્રયત્ન ઉપરના મંત્રમાં કવું છે. પ્રત્યેક મનુષ્યે, જે ઉભવિ ચાહતો હોય તેણે સાવધાન રહી પોતાને આ અધોગતિના ભાગથી બચાવવું નેષ્ટ છે. નિર્ઋતિના જાળ ચરૂઆતમાં મુંઝવે દેખાય છે. પરંતુ ને તેમાં એકવાર ફરી થયા, તો તેને તેમાંથી બહાર નિકળવું મહુ મુશ્કેલ બને છે. બધા પ્રકારના કુબંધન, ભય, આશંસ, ડમ, કષ્ટ કષ્ટાદિક બધું જ આ નિર્ઋતિના જાળમાં છે. જે લોકો

આ જાગ્રતા ફક્ત એક છે તેમને તેમાંથી બહાર નિકળતું પ્રકાશ થઈ પડે છે. માટે ઉત્તરિયજ્ઞનારાઓએ આ અજ્ઞાન રસ્તાથી જતીને રહેવું. યોગસાધન કરનારાઓ માટે આ ઉપદેશ અમૂલ્ય છે. યોગના ધર્મનિયમો આ ઉપદેશ અનુસાર જન્યા છે. પોતાના વિષે કંઈ જાણતી ભાવના કરવી જોઈએ તે વિષેના ઉપદેશ નીચેના મંત્રમાં આપ્યો છે—

હું વિજયી છું

सूर्यो मे चक्षुर्वातः प्राणो अंतरिक्षमात्मा पृथिवी शरीरम् । अस्तुतो नामाहमयमस्मि स आत्मानं निदधे दद्यात्पृथिवीर्ध्यां गोपीधाय ॥ ( अ. १।६।७ )

‘સૂર્ય મારી આંખ, વાયુ મારો પ્રાણ છે, અંતરિક્ષમાં રહેલું તત્ત્વ મારો આત્મા છે, પૃથ્વી મારું શરીર છે. આ પ્રકારે હું અપરાધી છું. હું પોતે પોતાને છું અને પૃથ્વીશોકની અંદર જે કંઈ છે તે બધાના સંરક્ષણ માટે અપણું કરું છું.’

આત્મશક્તિનો વિકાસ કરવા માટે, સમર્પિત કાર્યાણ માટે, પોતે પોતાને સમર્પિત કરવું જોઈએ અને પોતાની આંતરિક શક્તિઓ સાથે બાહ્ય દેવતાઓનો સંબંધ જોવા જોઈએ. એટલું જ નહિ પણ બાહ્ય દેવતાઓના અંધ પોતાના શરીરમાં રહ્યા છે અને બાહ્ય દેવતાઓના સૂક્ષ્મ અંશોથી બનેલું હું નાનું સરખું પુતળું છું, જેવી ભાવના ધારણ કરી, પોતે પોતાને દેવતાઓના અંશરૂપ, તેમજ પોતાના શરીરને દેવતાઓનો સંધ અથવા મંદિર સમજવું જોઈએ. યોગસાધનમાં આજ મુખ્ય છે. પોતે પોતાને નિરુદ્ધ અને હીનહીન સમજવું જોઈએ નહિ, પરંતુ ‘અહં અસ્તુતઃ અસિ’ ( I am invincible ) હું અપરાધી છું, અજ્ઞેય છું શક્તિશાળી છું. આ પ્રકારની ભાવના ધારણ કરવી જોઈએ. ભુજો, વેદનો કેવો ઉપદેશ છે અને સાધારણ લોકો શું સમજે છે. જેના જેવા વિચાર હોય તેવી તેની રીતિ થશે. તેથી પોતાના વિષે તુચ્છ છાદિ કદિ ધારણ કરવી નહિ. પ્રાણાયામ કરનારા સમજીને તેો અત્યંત જરૂરી છે કે તેઓ પોતાના શરીરને દેવતાનું મંદિર, અધિઓનો આશ્રમ સમજે અને પોતે તેના અધિષ્ઠાતા તેમજ પરમાત્માના સહચર છે એમ સમજ. પોતાની ભાવના જેવી દૃઢ બનશે તેવો જ અનુભવ થઈ શકે છે. વેદમાં—

પંચમુખી મહાદેવ

प्राणापानौ व्यानोदात्मौ । ( अ. १।१।२ )

પ્રાણ, અપાન, ઉદાન, વ્યાન વગેરે નામો આત્મા છે. ઉપ-પ્રાણોના નામ વેદોમાં જણાઈ આવતા નથી. કોઈ બીજી રીતે હોય તો ખબર નથી. જો કોઈ વિદ્વાનને તે વિષે માહિતી હોય તો તેણે તે પ્રકાશિત કરવી. પંચપ્રાણ જ પંચમુખી રૂઢ છે. રૂદના જેટલા નામ છે તે બધા પ્રાણવાયક જ છે. મહાદેવ, સંજીવ વગેરે રૂદના બધા નામ પ્રાણવાયક છે, મહાદેવના પંચમુખ જે પુરાણમાં છે તેનો મૂળ વિચાર આ પ્રકારનો છે. મહાદેવ શ્રુત્યંબ કેવી રીતે છે, તેનો નિર્ણય અહીં થાય છે. યતપથમાં એકાદશ રૂદોનું વર્ણન છે—

कतमे दश इति । दशमे पुरगे प्राणा आत्मै-  
कादशः ॥ ( अ. १।१।५ )

‘રૂદો કયા છે ? પુરુષમાં દસ પ્રાણ અને અગ્નિઆત્મે આત્મા છે. આ જ અગ્નિઆર રૂદો છે.’

એટલે પ્રાણ જ રૂદ છે અને તેથી બવ, શરૂ, પશુપતિ, પ્રમાદિ દેવતાઓના બધા સૂકતો પોતાના અનેક અર્થમાં એક પ્રાણવાયક અર્થ પણ બતાવે છે. પશુપતિ શબ્દ પ્રાણવાયક માનવાથી પણ શબ્દનો અર્થ હ્રદિય એમ થશે. હ્રદિયોનું થોડા, ગાય, પશુ વગેરે અનેક પ્રકારે વર્ણન કર્યું છે. આ પ્રકારે વેદમાં અનેક સ્થાનમાં પ્રાણની ઉપાસના દેખાય છે. વાયકાએ આ પ્રકારે વેદનો વિચાર કરવો. આ લેખમાં રૂદ-વાયક બધા સૂકતોનો અર્થ પ્રાણવાયક છે એમ બતાવવા પુરતું સ્થાન નથી, તેથી આ ઠેકાણે તેનો ફક્ત ઉદ્દેશ કર્યો છે. આમ શબ્દ પણ વિશેષ પ્રસંગમાં પ્રાણવાયક હોય છે. પંચપ્રાણ, પંચઅગ્નિ, પ્રાણામિદોત્ર આદિ શબ્દો વડે પ્રાણની અમિરપતા સિદ્ધ થાય છે. આ ભાવને જોતા ખબર પડે છે કે, અગ્નિ દેવતાના મંત્રોમાં પણ પ્રાણનું વર્ણન જાણ રીતે છે. મધ્યરથાનીય દેવતાઓમાં વાયુ અને ઇન્દ્ર આ બે દેવતાઓ પ્રમુખ છે. વાયુદેવતાની પ્રાણરૂપતા સુપ્રસિદ્ધ છે. સ્થાન સાનિધ્યથી ઇન્દ્રમાં પ્રાણરૂપત્વ આવી શકે છે. તે દષ્ટિએ ઇન્દ્ર દેવતાના મંત્રોમાં પણ પ્રાણનું વર્ણન મળી શકે છે. આ પ્રકારે અનેક દેવતાઓ દ્વારા વેદમાં પ્રાણશક્તિનું વર્ણન છે. કોઈ સ્થાને બળદિ દર્શિયો છે તો કોઈ સ્થાને સમર્પિ દર્શિયો, આ બધું પ્રાણનું વર્ણન એકઠું કરવાથી મંથનિસ્તાર મળી થશે. તેથી જે મંત્રોમાં પ્રાણનું સ્પષ્ટરૂપે વર્ણન આવેલું છે તેટલા વિષે જ આ લેખમાં લખ્યું છે. હવે પ્રાણની સત્તા કેટલી વ્યાપક છે, તેનું વર્ણન નીચેના મંત્રોમાં ભુજો—

## પ્રાણનો મીઠા ચાણુ

મહાવયો વિમરુવમચ્ચાઃ સમુદ્રમ્ ચ્યોત રેતઃ  
કાદુઃ । યત્ વતિ મધુકકાઃ રાણા તત્ પ્રાણ-  
સ્તદ્મુનં નિવણ્મ ॥ ૧ ॥ યાતાન્નિવર્તાનું હિતા  
વર્તુનાં પ્રાણઃ પ્રસન્નામ અમૃતમ્ નામિઃ ।  
હિરણ્યવર્ણા મધુકકા પૃથ્વી મદ્યાન્ ગર્મ-  
હરતિ મર્ત્યેષુ ॥ ૪ ॥ ( અપૃ. ૯૧ )

‘ ( સમ્યા ) । આ પૃથ્વી તરફ સમુદ્રની મેટી ( રેતા )

ચકિત તું ન છે એમ જણા કહે છે. જ્યાંથી અપ્રકોષે મીઠા  
ચાણુ આવે છે તે જ પ્રાણ અને તે જ અમૃત છે. આદિત્ય  
ની માના, વસુઓની કાન્ધા પ્રજાઓને પ્રાણ અને અમૃતની  
નાભી આ મીઠા-ચાણુ છે. આ તેજસ્વી, તેજ ઉત્પન્ન કરનારી  
અને ( મર્ત્યેષુ ગર્મઃ ) અર્થેની બંદર સચાર કાનારી છે. ’

આ મંત્રમાં ‘ મધુ-કકા ’ કહે છે. ‘ મધુ ’ નો અર્થ  
મધુર, મીઠા એવો છે અને ‘ કકા ’ નો અર્થ ‘ ચાણુ ’ એવો  
છે. ચાણુ ધોડાગાદી ચલાવનારા પાસે હોય છે ચાણુ આરવા-  
ધી ગાડીના ધોડા આવે છે. આ મંત્રમાં ‘ મધુકકા ’ એટલે  
મીઠા ચાણુનું વર્ણન છે. આ મીઠા ચાણુ અશ્વિનો દેવતાનો  
જે અશ્વિરેવા પ્રાણરૂપે નાકના રથાનમાં રહે છે. પ્રાણ-અપાન,  
આસ-ઉત્સવાસ, જમણા અને ડાબા નરકોરાની આસ આ  
અશ્વિરેવાનું પ્રાણમયરૂપ શરીર છે. આ શરીરમાં અશ્વિનીરૂપ  
પ્રાણોનો ‘ મીઠા ચાણુ ’ કાપ કરી રહ્યો છે અને શરીર-  
રૂપી રથના ઉદ્ગિરણી ધોડાઓને ચલાવે છે. આ ચાણુનું  
આતું સ્વરૂપ જોવાથી વેદના આ અદિતીય અને વિશક્ષણ  
અસંકારની કલ્પના વાચકોના મનમાં સિધર થઇ શકે છે. આ  
પ્રાણોને મીઠા ચાણુ બધાને પ્રેરણા આપી રહ્યો છે તેની  
પ્રેરણા વગર આ શરીરમાં કોઇ કામ થતું નથી. એટલું જ  
નહિ પણ અધી ફનિવામાં આ ‘ મીઠા-ચાણુ ’ બધાને ગતિ  
આપી રહ્યા છે. જ્યાં જગતમાં આ પ્રાણનું કામ જોવા જેવું  
છે. મંત્ર કહે છે કે, ‘ આ મીઠા ચાણુકમાં પૃથ્વી અને પાણી-  
ની બધી કક્ષિત રહે છે, જ્યાંથી આ મીઠા ચાણુ ચલાવવામાં  
આવે જ્યાં જ પ્રાણ અને અમૃત રહે છે. ’ પ્રાણ અને  
અમૃત એમ રહે છે, કારણ કે જ્યાં સુધી શરીરમાં પ્રાણ રહે  
છે, ત્યાં સુધી મરણની ભાંતિ હોતી નથી અને જ્યાં જાય છે  
કે પ્રાણીઓના શરીરમાં પ્રાણ જ અપાને પ્રેરક છે, તેથી તેના  
ચાણુની કલ્પના ઉપરના મંત્રમાં સ્વીકારણ છે શરીરરૂપી

રથના ધોડા અપ્રવર્તાનું કાપ આજ ચાણુ કરી રહ્યો છે.  
બીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ આ ચાણુ શરીરમાં રહેનાર વધ  
આદિ દેવતાઓને સ્વામ્ય છે, તે મળ્યોનો પ્રાણ જ છે,  
અમૃતનો મધ્ય તે જ છે. આ પ્રાણ અર્થેમાં તેજ અને ચેતના  
ઉત્પન્ન કરે છે અને જ્યાં પ્રાણીઓના વચમાં તે જ આવે છે. ’  
આ વર્ણન ઉત્તમ અર્થકારથી યુક્ત છે, પરંતુ સ્પષ્ટ હોવાના  
કારણે કશોય તે ઉપરેક જણી શકે છે. તેમજ—

પ્રાણની સ્વતંત્રતા અને પૂર્ણતા

મસોઃ પ્રાણઃ ॥ ૧ ॥ ( અ. ૧૬:૬૦ )

યોગં ચક્ષુઃ પ્રાણોઽવિચ્છિન્નો નો અસ્તવચ્છિન્ના  
વયમાયુષો વર્ષસઃ ॥ ૫ ॥ ( અ. ૧૬:૫૮ )

અયુતોઽહમયુતોમે વામાઽયુતે મે ચક્ષુરયુતે મે  
ધોત્રમયુતો મે પ્રાણોઽયુતો મપાનાઽયુતો મે  
વ્યાનોઽયુતોઽહં સર્વઃ ॥ ( અથર્વ. ૧૬:૫૧ )

‘ આરા નાકમાં પ્રાણ સિધરાથી રહે. આરા કાન, આંખ  
અને પ્રાણ હિમસિન્ન ન થતાં આરા શરીરમાં કાપ કરે. આ  
જીવન અને તેજ અવિચ્છિન્ન અને દોષ વાચ આરા આત્મા,  
આંખ, કાન, પ્રાણ, અપાન, બ્યાન ઇત્યાદિ આરી બધી  
કક્ષિતઓ પૂર્ણસ્વતંત્ર અને ઉત્તમ થઇ આરા શરીરમાં રહે. ’

જીવન અને પ્રાણ અવિચ્છિન્નરૂપે આપણા શરીરમાં રહે  
એવી પ્રત્યક્ષ, ઉપરના મંત્રમાં છે. બધાં દિવિયો તેમજ  
બીજા કક્ષિતઓ અવિચ્છિન્ન તેમજ પૂર્ણ ઉત્તમરૂપે આપણા  
શરીરમાં પ્રવેશ થવાની બ્યવસ્થા કરેકે કરવી નોંધવો. ઉપરના  
મંત્રમાં કેટલાક સંજ્ઞા અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે—

અહં અયુતઃ ।

અહં સર્વઃ અયુતઃ ।

‘ હું સંપૂર્ણરૂપે સ્વતંત્ર, બીજા કોઇના પ્રદાનથી કુજ  
ન કરનારો એવો સમર્થ, કોઇ કદ અથવા ગ્રાસથી ઉગેરણું  
નહિ એવા યોગ્ય અને દરહું. ’ આ કાવના નો મનમાં  
સિધર થઇ જરી તો અનુભવી ચકિત કેટલી બધી શકે છે તેનો  
વિચાર વાચકો પણ કરી શકે છે. આરાં દિવિયો, આરા પ્રાણ,  
તેમજ આરા બીજા અવયવો એવા મનજીવન અને બળવાન  
હોવા જોઇએ કે તેમના કારણે અને કોઇ વખતે પણ કદ  
વેદન ન પડે, તેમજ બીજા કોઇ કક્ષિતની અપેક્ષા ન કરતાં  
હું પૂર્ણ સ્વતંત્રતા સાથે આનંદથી આરા મદાન પડાયાથી  
કરી શકું. કોઇ એમ ન સમજે કે આ તો કેવળ કલ્પના છે

પણ હું એમ કહી શકું કે જો મનુષ્ય નિશ્ચય કરશે તો તે ખરેખર પોતાને પોતે જ આ પ્રકારે પૂર્ણ સ્વતંત્ર કરી શકશે અને ઉત્તર શક્તિઓના પૂર્ણ વિકાસ તે પોતાની અંદર કરી શકશે. તેમજ—

### પ્રાણની મિત્રતા

इदं प्रमाणः स्वये नो अस्तु तं त्वा परमेष्ठिन  
परमिन्द्रायुषा चर्चसा वपातु ॥ ( अ. ૧૩/૧૧૭ )

‘ અહીં પ્રાણ અમારો મિત્ર અને, હે પરમેશ્વર ! અમને તે દીર્ઘજીવન અને તેજની સાથે પ્રાપ્ત થાય. ’ પ્રાણની સાથે મિત્રતાનું તાત્પર્ય એટલું જ કે અપણા શરીરમાં પ્રાણ જરૂર થઈ રહે, કદિ અસ્થ અાયુષમાં પ્રાણ ફર ન થાય. આપણા આયુષ્યમાં પરમેશ્વર પરમાત્માની જ સેવા અને ઉપાસના કરવી જોઈએ. પરમાત્મા સર્વ શ્રેષ્ઠ શ્રેણીનું કેન્દ્ર હોવાથી પરમાત્માના ચિંતન વડે બધા શ્રેષ્ઠ સદૃશ્યોનું જ્ઞાન થાય છે અને મનુષ્ય જેનું હૃદયે જ્ઞાન કરે છે તેના જેવો બની જાય છે. આ નિયમ અનુસાર પરમેશ્વરના શ્રેણીનું ચિંતન કરવાથી મનુષ્ય પણ શ્રેષ્ઠ બને છે. આ ઉપાસનાના અને માનવી ઉત્પત્તિને સંબંધ છે. આ પ્રકારે જે સંપુરણ પોતાની પ્રાણ શક્તિને વધારે છે તેની પ્રાણ શક્તિ કેટલી વિસ્તૃત થાય છે તેની કક્ષપના નીચેના મંત્રોથી થઈ શકે છે. જુઓ—

तस्य मायस्य । सप्त प्राणाः सप्त व्यानाः  
सप्त व्यानाः । योऽस्य प्रथमः प्राण ऊर्ध्वो नामायं  
सो अग्निः । योऽस्य द्वितीयः प्राणः प्रोढो ना  
मासौ स आदित्यः ॥ योऽस्य तृतीयः प्राणोऽ-  
व्यूढो नामासौ स चंद्रमाः ॥ योऽस्य चतुर्थः  
प्राणो विभुर्नामायं स पयमानः ॥ योऽस्य पंचमः  
प्राणो योनिर्नाम ता इमा व्यापः ॥ योऽस्य षष्ठः  
प्राणः प्रियो नाम त इमे पशवः ॥ योऽस्य  
सप्तमः प्राणोऽपरिमितो नाम ता इमाः प्रजाः  
( अર્થ. ૧/૫૧/૫૧-૬ )

‘ તે ( માયસ્ય ) સં-વાસી સંપુરણના સાત પ્રાણ, સાત અપાન અને સાત વ્યાન છે. તેના સાતે પ્રાણોના નામ અનુક્રમે ઉર્ધ્વ, પ્રોઢ, અવ્યૂઢ, વિભુ, યોનિ, પ્રિય અને અપરિમિત છે અને તેમના સાત સ્વરૂપ કૃષ્ણ, અગ્નિ, આદિત્ય, ચંદ્રમા, પયમાન, આપ, પશુ અને પ્રજા છે. ’

આજ પ્રકારે તેના અપાન અને વ્યાનનું વર્ણન વેર ઉક્ત રથાને કરેલું છે વાયુક્રમે તે ત્યાજ ( અથવા વિદ્યો સુબોધ અનુ-વાદ ભાગ ૧ થી અભવિદ્યા પાનાં ૩૧૪-૧૫ ઉપર જોડો. ) વિસ્તાર બધાના કારણે તે અમે અહીં આપ્યું નથી. મનુષ્ય પોતાની શક્તિને આ પ્રકારે વધારી શકે છે. મનુષ્યો પોતાના સાન પ્રાણોને અપરિમિત રૂપે વધારી શકે છે. તેજ પોતાને બધા પ્રજાજનોના કક્ષાણુ કાર્યમાં અપણુ કરે છે, જે પોતાના પ્રાણને ઉર્ધ્વ એટલે ઉચ્ચ બનાવે છે, તેજ અમિતી જેમ તેજસ્વી થાય છે. આ પ્રકારે ઉપરના મંત્રોના ભાવ સમજાવે જોઈએ. તેમજ—

### સમયની અનુકૂલતા

કાલે મતઃ કાલે પ્રાણઃ કાલે નામ સમાહિતમ્ ।  
કાલે ન સર્વા નમ્દન્સ્વયમતેન પ્રજા इमाः ॥ ૭ ॥  
( અર્થ. ૧/૬૧/૬૩ )

‘ કાલની અનુકૂલતાથી મન, પ્રાણ અને નામ રહે છે. કાલની અનુકૂલતાથી સર્વ પ્રજાઓને આનંદ થાય છે. ’

કાલનો નિયમ પાલન કરવો જોઈએ. પુરુષાર્થની સાથે કાલની અનુકૂલતા હોવાથી ઉત્તમ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. કાલનો ધિક્કાર કરવો જોઈએ નહિ જે અનુકૂલતા પ્રાપ્ત થાય તો તેના ઉપયોગ અવશ્ય કરવો જોઈએ. પ્રાણાયામિ સાધન કરનારોએ એ જ કાલમાં નિયમ પૂરક પોતાનો અભ્યાસ કરતા રહેવું તેમજ જે સમયે જે કરવું યોગ્ય છે તે અવશ્ય તેજ સમયે કરવું જોઈએ. હવે પ્રાણ-સંરક્ષક ઋષિઓનું વર્ણન નીચેના મંત્રમાં જુઓ—

### પ્રાણરક્ષક ઋષિ

अग्नी योद्यप्रतोयोद्यस्वन्तो यश्च जायति ।  
तौ तै प्राणस्य गोप्तारी दद्या नक्तं च जायतम् ॥  
( અ. ૫/૩૦/૧૦ )

‘ બેઘ અને પ્રતિબેઘ એટલે સ્ફૂર્તિ અને જ્યોતિ આ બે ઋષિ છે. તે બંને તારા પ્રાણનું રક્ષણ કરતા રાત દિવસ જાગે છે. ’

અત્યેક મનુષ્યમાં આ બે ઋષિ છે ‘ સ્ફૂર્તિ અને જાગૃતિ ’ આ બે ઋષિ છે. એક ઉત્સાહની પ્રેરણા કરે છે અને બીજી સાવધાન રહેવાની ચેતવણી આપે છે. ઉત્સાહ અને સાવધાનતા આ બે સદૃશ્યો જે માણસમાં જોવા

## પ્રાણનો મીઠા યાત્રુ

મહાવયો વિશ્વરૂપમસ્વાઃ સમુદ્રસ્ય સ્વોત રેતઃ  
માહુઃ । યત્ દત્તિ મધુકક્ષાઃ વરાણા તસ્ય પ્રાણ-  
સ્તદમૃતં નિર્ણયમ્ ॥ ૧ ॥ માતાદિગર્ભાં હુઠિતા  
વસ્તાં પ્રાણાઃ પ્રજાનામ્ અમૃતસ્ય મામિઃ ।  
દિશ્વવર્ણાં મધુકક્ષાઃ પૃથ્વીમ્ મહાન્ ગર્ભ-  
શરતિ મર્ત્યેષુ ॥ ૪ ॥ (અર્ચન, ૬૧)

(અસ્થા) આ પૃથ્વી તરફ સમુદ્રની મેટી (રેતઃ)

કહિતું છે જેમ બધા કહે છે, બધાથી અમરણીયો મીઠા યાત્રુક ચાલે છે તે જ પ્રજા અને તે જ અમૃત છે. આદિત્ય ની માતા, વસુઓની કન્યા પ્રજાઓને પ્રાણ અને અમૃતની નાભી આ મીઠા-યાત્રુક છે. આ તેજસ્વી, તેજ ઉત્પન્ન કરનારી અને (મર્ત્યેષુ ગર્ભ) મધ્યેની અંદર સ્થાયર કાનગારી છે.

આ મંત્રમાં 'મધુ-કક્ષા' કહે છે. 'મધુ'નો અર્થ મધુર, મીઠા એવો છે અને 'કક્ષા' નો અર્થ યાત્રુક એવો છે. યાત્રુક યોગમુદ્રી ચલાવનારા પાસે હોય છે યાત્રુક આરવા-થી માંડીના યોગ ચાલે છે. આ મંત્રમાં 'મધુકક્ષા' એટલે મીઠા યાત્રુકનું વર્ણન છે. આ મીઠા યાત્રુક અધિષ્ઠાતા દેવતાને છે અધિદેવો પ્રાણરૂપે તાકના રચનામાં રહે છે. પ્રણ-અપાન, શ્વાસ-ઉચ્છવાસ, જમણા અને ડાબા નરકોરાનો શ્વાસ આ અધિદેવોનું પ્રાણમયરૂપ શરીર છે. આ શરીરમાં અધિનીરૂપ પ્રાણોનો 'મીઠા યાત્રુક' કાપ કરી રહ્યો છે અને શરીર-રૂપી રથના દ્વિવરૂપી યોગોએ ચલાવે છે. આ યાત્રુકનું આત્મ સ્વરૂપ જોવાથી વેદના આ આદિતીય અને વિશ્વશક્તિ અલંકારની કક્ષના વાચકોના મનમાં સિંચર થઈ શકે છે. આ પ્રાણોને મીઠા યાત્રુક બધાને પ્રેરણા આપી રહ્યો છે તેની પ્રેરણા વગર આ શરીરમાં કોઈ કામ થતું નથી એટલું જ નહિ પણ તપી દુનિયામાં આ 'મીઠા-યાત્રુક' બધાને જીવ આપી રહ્યો છે. બધા જન્મતાં આ પ્રાણનું કામ જોવા જેવું છે. મન કહે છે કે, 'આ મીઠા યાત્રુકમાં પૃથ્વી અને પાણીની બધી કહિત રહે છે, ભૂમીની આ મીઠા યાત્રુક ચલાવવામાં આવે છે ત્યાં જ પ્રાણ અને અમૃત રહે છે.' પ્રાણ અને અમૃત જોવા રહે છે, કારણ કે ભૂમી સુધી શરીરમાં પ્રાણ રહે છે, ત્યાં સુધી અમૃતની ઓતિ હોતી નથી અને બધા જાણે છે કે પ્રાણીઓના શરીરમાં પ્રાણ જ જપ્તનો પ્રેરક છે. તેથી તેના યાત્રુકની કક્ષના ઉપરના મંત્રમાં રહી ઠારણ કે શરીરરૂપી

મંથના યોગ ચલાવવાનું કામ આજ યાત્રુક કરી રહ્યો છે. બીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે 'આ યાત્રુક શરીરમાં રહેનારા વધુ આદિ દેવતાઓને સદાચક્ર છે, તે પ્રજાઓને પ્રાણ જ છે, અમૃતનો અર્થ તે જ છે. આ પ્રાણ અત્યેમાં તે જ અને મેલના ઉત્પન્ન કરે છે અને બધા પ્રાણીઓના વચમાં તે જ ચાલે છે.' આ વર્ણન ઉત્તમ અલંકારથી યુક્ત છે, પરંતુ ૨૫૯ હોવાના કારણે હરોષ્ટ તે ઉપરેસ જણી શકે છે. તેમજ—

પ્રાણની સ્વતંત્રતા અને પૂર્ણતા

નલોઃ પ્રાણાઃ ૧ ॥ (અ. ૧૬:૧૦)

ઓત્તં સ્વપ્નઃ પ્રાણોઽચ્છિન્નતો નો અસ્તવચ્છિન્નઃ

વયમાયુરો વર્ષસઃ ॥ ૧ ॥ (અ. ૧૬:૫૮)

અયુતોઽશ્વમયુતોમે મામાઽયુતં મે સ્વપ્નયુતં મે  
ઓત્તમયુતો મે પ્રાણોઽયુતો મંડપાનોઽયુતો મે  
વ્યાનોઽયુતોઽશ્વં સર્વઃ ॥ (અર્ચન. ૧૬:૫૧)

'મારા નાભમાં પ્રાણ સિંચારતો રહે મારા કાન, આંખ અને પ્રાણ ઊભિતિલ ન થઈ મારા શરીરમાં કાપ કરે. મારું જીવન અને તેજ અતિહિન અને દીર્ઘ કાલ મારો આત્મા, આંખ, કાન, પ્રાણ, અપાન, બ્યાન ઇત્યાદિ મારી બધી સંતિઓ પૂર્ણસ્વતંત્ર અને ઉત્તમ થઈ મારા શરીરમાં રહે.'

જીવન અને પ્રાણ અવિચ્છિન્નરૂપે આપણું શરીરમાં રહે એવી પ્રજા હવજ, ઉપરના મંત્રમાં છે. બધાં દિશિયો તેમજ બીજી કહિતઓ અવિચ્છિન તેમજ પૂર્ણ ઉત્તમરૂપે આપણા શરીરમાં પ્રવેશ થવાની અવસ્થા કરે કે શરીર જોડાયે, ઉપરના મંત્રમાં કેટલાક કષ્ટો અત્યંત અદ્ભુતપૂર્ણ છે—

મર્દં અયુતઃ ।

મર્દં સર્વઃ અયુતઃ ।

'હું સંપૂર્ણરૂપે સ્વતંત્ર, બીજા કોઈના મદદની કૃત્ત્ર ન કરેલો એવો સમર્થ, કેટલક અલગ વાસથી ઉપરનું નહિ એવો યોગ અને દૃઢ છે.' આ કાવના બે મનમાં સિંચર થઈ જશે તો અનુભવી કહિત કેટલી વધી શકે છે તેનો નિચાર વાચકો પણ કરી શકે છે મારાં દિશિયો, મારા પ્રાણ, તેમજ મારા બીજા અવયવો એવા મનજીવન અને મળવાન હોવા જોડાયે છે તેમના કારણે અને કોઈ વખતે પણ કષ્ટ વેદનાં ન પડે, તેમજ બીજી કોઈ કહિતની અપેક્ષા ન કરતાં. હું પૂર્ણ સ્વતંત્રતા સાથે આતંદ્રથી મારા મદાન પૂર્ણાશે કરી શકું. કોઈ એમ ન સમજે કે આ તો કેવળ કક્ષના છે

પણ હું એમ કહી શકું કે જો મનુષ્ય નિશ્ચય કરશે તો તે ખરેખર પોતાને પોતે જ આ પ્રકારે પૂર્ણ સ્વતંત્ર કરી શકશે અને ઉક્ત શક્તિઓનો પૂર્ણ વિકાસ તે પોતાની અંદર કરી શકશે. તેમજ—

### પ્રાણની મિત્રતા

દેવ પ્રાણઃ સયમે નો અસ્તુ તે ત્વા પરમેષ્ઠિન્  
પર્યંધિરાયુષા ઘર્ષંસા ઘ્વાતુ ॥ (અ. ૧૩૧/૧૭)

‘અહીં પ્રાણ અમારો મિત્ર અને, હે પરમેષ્ઠિન્! અમને તે દીર્ઘજીવન અને તેજની સાથે પ્રાપ્ત થાય.’ પ્રાણની સાથે મિત્રતાનું તાત્પર્ય એટલું જ કે અપણા શરીરમાં પ્રાણ બલિષ્ઠ થઈ રહે, કદિ અપ્પ આપુર્માં પ્રાણ ફર ન થાય. આપણા આપુર્માં પરમેષ્ઠી પરમાત્માની જ સેવા અને ઉપાસના કરવી જોઈએ. પરમાત્મા સર્વ શ્રેષ્ઠ શુભોનું કેન્દ્ર હોવાથી પરમાત્મા ચિંતન વડે બધા શ્રેષ્ઠ સદ્ગુણોનું આનંદ થાય છે અને મનુષ્ય જેનું હંમેશા આનંદ કરે છે તેના જેવો બની જાય છે. આ નિયમ અનુસાર પરમેશ્વરના શુભોનું ચિંતન કરવાથી મનુષ્ય પણ શ્રેષ્ઠ બને છે. આ ઉપાસનાનો અને માનવી ઉત્થિતિને સંબંધ છે. આ પ્રકારે જે સપુરુષ પોતાની પ્રાણ શક્તિને વધારે છે તેની પ્રાણ શક્તિ કેટલી વિસ્તૃત થાય છે તેની કલ્પના નીચેના મંત્રોથી થઈ શકે છે. જુઓ—

તસ્ય દ્રાવ્યસ્ય ॥ સત્ત પ્રાણાઃ સત્ત અપાનાઃ  
સત્ત વ્યાનાઃ ॥ યોડસ્ય પ્રથમઃ પ્રાણઃ ક્ષૌમામાયં  
સો અગ્નિઃ ॥ યોડસ્ય દ્વિતીયઃ પ્રાણઃ પ્રૌઢો ના  
માસૌ સ આદિરયઃ ॥ યોડસ્ય તૃતીયઃ પ્રાણોડ-  
ચ્ચુઢો નામાસૌ સ ચંદ્રમાઃ ॥ યોડસ્ય ચતુર્થઃ  
પ્રાણો વિશુર્નામાયં સ પથમાનઃ ॥ યોડસ્ય પંચમઃ  
પ્રાણો યોનિર્નામ તા દમા આપઃ ॥ યોડસ્ય ષષ્ઠઃ  
પ્રાણઃ પ્રિયો નામ ત દમે પશવઃ ॥ યોડસ્ય  
સપ્તમઃ પ્રાણોડપરિમિતો નામ તા દમાઃ પ્રજાઃ  
(અર્થ. ૧૫૧/૫૧-૬)

‘તે (દ્રાવ્યસ્ય) સંન્વાસી સપુરુષના સાત પ્રાણ, સાત અપાન અને સાત વ્યાન છે. તેના સાતે પ્રાણોના નામ અનુક્રમે ઉર્ધ્વ, પ્રૌઢ, અઞ્જ, વિજ, ચેતિ, પ્રિય અને અપરિમિત છે અને તેમના સાત સ્વરૂપ ક્રમશઃ અગ્નિ, આદિત્ય, ચંદ્રમા, પવમાન, આપ, પશુ અને પ્રજા છે.’

આજ પ્રકારે તેના અપાન અને વ્યાનનું વર્ણન વેદે ઉક્ત રચાને કરેલું છે વાચકોએ તે ત્યાજ (અર્થવેદનો સુબોધ અનુવાદ ભાગ ૧ લો અઠાવિઠા પાનાં ૩૧૪-૧૫ ઉપર જોવું.) વિસ્તાર બાંધવા કારણે તે અગે અહીં આપ્યું નથી. મનુષ્ય પોતાની શક્તિને આ પ્રકારે વધારી શકે છે. મનુષ્યો પોતાના સાત પ્રાણોને અપરિમિત રૂપે વધારી શકે છે. તેજ પોતાને બધા પ્રજાજનોના કલ્યાણ કાર્યમાં અપરિમિત કરે છે, જે પોતાના પ્રાણને ઉર્ધ્વ એટલે ઉચ્ચ બનાવે છે, તેજ અગ્નિની જેમ તેજસ્વી થાય છે. આ પ્રકારે ઉપરના મંત્રોનો ભાવ સમજાવે જોઈએ. તેમજ—

### સમયની અનુકૂલતા

કાલે મનઃ કાલે પ્રાણઃ કાલે નામ સમાહિતમ્ ॥  
કાલે ન સર્વા સમ્વન્દ્યાગતેન પ્રજા દમાઃ ॥ ૭ ॥  
(અર્થ. ૧૬૧/૭)

‘કાલની અનુકૂલતાથી મન, પ્રાણ અને નામ રહે છે. કાલની અનુકૂલતાથી સર્વ પ્રજાઓને આનંદ થાય છે.’

કાલનો નિયમ પાલન કરવો જોઈએ. પુરુષાર્થની સાથે કાલની અનુકૂલતા હોવાથી ઉત્તમ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. કાલનો વિચાર કરવો જોઈએ નહિ જે અનુકૂલતા પ્રાપ્ત થાય છે તેનો ઉપયોગ અવશ્ય કરવો જોઈએ. પ્રાણાયામિ સાધન કરનારોએ યોગ્ય કાલમાં નિયમ પૂરું પોતાનો અભ્યાસ કરતા રહેવું તેમજ જે સમયે જે કરવું યોગ્ય છે તે અવશ્ય તેજ સમયે કરવું જોઈએ. હવે પ્રાણ-સંરક્ષક ઋષિઓનું વર્ણન નીચેના મંત્રમાં જુઓ—

### પ્રાણરક્ષક ઋષિ

ઋષી યોગપ્રતીયોધાવસ્વન્તો યજ્ઞ જાગૃતિઃ ॥  
તૌ તૈ પ્રાણસ્ય ચોપ્તારં દિવા નક્તં જાગૃતમ્ ॥  
(અ. ૫૩૦/૧૦)

‘જોધ અને પ્રતિજોધ એટલે સ્ફૂર્તિ અને જાગૃતિ આ બે ઋષિ છે. તે બંને તારા પ્રાણનું રક્ષણ કરતા રાત દિવસ જાગે છે.’

પ્રત્યેક મનુષ્યમાં આ બે ઋષિ છે ‘સ્ફૂર્તિ અને જાગૃતિ’ આ બે ઋષિ છે. એક ઉત્સાહની પ્રેરણા કરે છે અને બીજી સાવધાન રહેવાની ચેતવણી આપે છે. ઉત્સાહ અને સાવધાનતા આ બે સદ્ગુણો જે પ્રાણસમાં જેટલા

હોય તેટલી પોષના તે મનુષ્યની યજ્ઞ સહ છે. આ બે નાતિ પ્રાણના સંરક્ષણનું કાર્ય કરે છે અને તે જાંને બે ભગ્યત રહે તો મનુષ્યને મૃત્યુનો ખાખા થતી નથી. જ્યાં સુધી મનુષ્યના મનમાં ઉત્સાહ પરિપૂર્ણ રહે અને જ્યાં સુધી તે પોતાનો અવતાર સાચવેલીથી કરે ત્યાં સુધી તેને મરણની ધમ્મિક દોતી નથી. આ સાધારણ નિયમ સમજાવો.

જે લોકો અસાધ્યતાનાથી સાથે પોતાના દૈનિક અવતાર કરે છે તેમજ જે દરેક દીનદીન અને દુર્બલતાના જ વિચાર મનમાં ધારણ કરે છે, તેમજ આ મંત્રના આરંભનામાં ધારણ કરેલાં યોગ્ય છે. વેદ કહે છે કે મનમાં ઉત્સાહ વિચાર ધારણ કરે અને પ્રતિજ્ઞા સાધવાન રહે. જે મનુષ્ય પોતાને વૈદિકધર્મી સમજતો હોય તેણે પોતાના મનમાં વેદના અનુ-કૂળ ભાવ ધારણ કરવા. વેદ વિદ્ય દીનદીન વિચાર રાખી એ વૈદિકધર્મી સમજાવે અને આરંભનામાં ધારણ કરે. તેથી રથાને રથાને વૈદિક સ્વભાવો દીર્ઘાયુત્વ વિશે અનેક ઉપદેશ આવે છે. વાચકો આ વાત ઠીક પ્રકારે પોતાના મનમાં રાખો.

### પ્રકૃતિયું ધન

મધિરાતે પ્રાણાપાનાયનમ્વાદાયિય મયમ્ ।

અર્થ જરિયાઃ સોષધિરિદિ રહ ઘર્ષતામ્ ॥ ૫ ॥

આ તે પ્રાણ સુવાસનિ પરા ઘર્મ સુવાસિ તે ॥

આયુર્નો વિશ્વતો વધદયમમિધિરેષ્યઃ ॥ ૬ ॥

(અ-૦ ૫૫૩)

જે પ્રકારે બળદ પોતાના રથાને પાછા આવે છે, તે પ્રકારે પ્રાણ અને અપાન પોતાના રથાને આવી બળ. વૈદિક-વરથાને જે ખાળે છે તે અહીં કમી ન થતી વધતી રહે. તારી અંદર પ્રાણને ગ્રેસિટ કરે છું અને નિશ્ચયીને દૂર રેડું છું. આ શ્રેષ્ઠ અગ્નિ અમને બધાને સર્વ પ્રકારે દીર્ઘજીવન આપે.

બળદ સાંને પોતાના રથાને જઈ પાછા રહે છે. તે પ્રકારે બળપુરત્વશી પ્રાણ અને અપાન પોતપોતાના રથાનમાં રહે. બળદે પ્રાણ અને અપાન બળવાન બની પોતપોતાનું કાર્ય કરશે ત્યારે મૃત્યુનું કામ રહેશે નહિ અને માણસ દીર્ઘ આયુરથી ધન પ્રાપ્ત કરી શકશે. બધા ધનોમાં આયુરથી ધન જ બધાથી શ્રેષ્ઠ છે. કારણ કે જીવન બધા ધનોનો ઉપયોગ આ હોય તો જ કરી શકાય છે. આ મંત્રના—

જરિયાઃ સોષધિઃ રહ ઘર્ષતામ્ ॥ (અ-૦ ૫૫૩૫)

આ શબ્દો મનન કરવા યોગ્ય છે. 'વૈદિક જીવનને ખાળેલી અહીં વધતી રહે.' એટલે આ લોકોમાં જીવન વધતું રહે. આ શબ્દો ૨૫૪ બતાવે છે કે આયુ નિશ્ચિન નથી, પણ વધવાતી છે. જે માણસ પોતાની આયુ વધારવા કમ્પ્યુટા હોય તેઓ તે પ્રકારના આયુષ્યવધક સાચા નિયમોનું પાલન કરીને આયુ વધારી શકે છે. આ પ્રકારે વેદનો ઉપદેશ અત્યંત ૨૫૪ છે. પણ કેટલાક વૈદિકધર્મી એમ માને છે કે આયુ નિશ્ચિન છે અને તેમાં વધવટ યજ્ઞ શકતી નથી. જે બાબતો વિશે વેદનું કથન ૨૫૪ છે, તે બાબતોમાં વૈદિકધર્મીઓએ નિમ્ન વિચાર રાખવા યોગ્ય નથી.

### યોધ અને પ્રતિયોધ

પૂર્વ સ્થાનમાં કલા યુજ્ય યોધ અને પ્રતિયોધ એ નામના બે નાતિઓ છે, તેજ ભાવ યોગ્ય ફેરફાર સાથે નીચેના મંત્રમાં આવે છે. જુઓ—

યોધસ્ય રથા પ્રતિયોધસ્ય રક્ષતામ્ ॥

નયદ્રાણસ્ય રક્ષતામ્ । મોવાયંસ્ય રથા જાણ-

વિશ્વ રક્ષતામ્ ॥ (અ-૦ ૮૧૧૧૩)

'ઉત્સાહ અને સાવધાનતા તાર' રક્ષણ કરે. રૂપી અને ભગ્યત તારે સંરક્ષણ કરે, રક્ષક અને ભગ્યત તારે પાલન કરે.'

આ મંત્રમાં સંરક્ષક શબ્દોનું વર્ણન છે. ઉત્સાહ, સાવ-ધાનતા, રૂપી, ભગ્યત, રક્ષણ અને સાવચેતી આ શબ્દો સંરક્ષણ કરવા છે, તે વિશ્વકે શબ્દો પાતક છે. આટે પોતાની, અભિરુદ્ધિ કરવા કમ્પ્યુટાર ઉત્તમ શબ્દોની શક્તિ પોતાનામાં કરવી. આ મંત્ર સાથે પહેલાનો મંત્ર જેમાં બે નાતિનું વર્ણન કર્યું છે તેની સ્મરણ કરી જોવી. દેવે નીચે લખેલા મંત્ર જુઓ.

ઉત્તમિ જ તારો આર્ગ છે

વચાનં તે વુવજ નાવયાનં ઝોવાનં તે વક્ષતાતિં

કળોમિ । આ હિ રોદેમમમૃતં સુલં રયમય

જિર્ણિર્વિવદ્યમા વદાસિ ॥ (અર્ચ-૦ ૮૧૧૬)

'હે મનુષ્ય! તારી મતિ (કલ્પ યાનં) ઉત્તમની તરફ જ હોવી જોઈએ. કહો પણ (મય યાનં ન) અવનતિ તરફ થવી ન જોઈએ. તારા દીર્ઘજીવન આટે દુ બળનો વિસ્તાર કરે' છું. આ મુખ્યમય શરીરથી અપ્રત્યય રથ ઉપર (આરોહ) અને બળારે તું દીર્ઘ આયુથી પુરત યજ્ઞ



ત્યારે (વિદ્ય) સભાઓમાં (આવદાસિ) સંભાળી કરીશ. ’

પોતાનો અમુક્ય કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. કદિ એવું કર્મ ન કરવું કે જેથી અવગતિ થવાનો સંભવ થઇ શકે. જીવન માટે પ્રાણનું બળ પ્રસારવડું જોઈએ. પ્રાણનું બળ વધારવાથી દીર્ઘઆયુ પ્રાપ્ત થાય છે. આ શરીરરૂપી ઉત્તમ રથ છે, તેને ઇન્દ્રિયરૂપી ધોડાઓ જોડેલા છે, આ રથમાં પ્રાણરૂપી અમૃત છે, તેથી સુખમય રથ કહેવાય છે. આ સર્વોત્તમ રથ ઉપર આરૂઢ થઇ જાઓ અને પોતાની ઉત્તમતાના માર્ગમાં આગળ વધો જ્યારે તમે બળ અને દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરો ત્યારે તમને મોટી મોટી સભાઓમાં અવરથ ભાવણ કરવું પડશે, કારણ કે બીજાને સુધારવા તમારે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જીવન માટે ચાલતા મુઠમાં બધી જનતાને ઉત્તમ માર્ગ બતાવવાનું કામ તમારે કરવાનું છે, તમારે સ્વાર્થી ન બનવું જોઈએ. પણ ઉભડું જનતાની ઉત્તમતામાં પોતાની ઉત્તમતા છે એમ સમજવું જોઈએ. આ મંત્રથી ખબર પડશે કે પ્રાણા યામાદિ સાધનો વડે દીર્ઘજીવન, ઉત્તમ આરોગ્ય, અદિતીય બળ, સૂક્ષ્મ શ્રુદ્ધિ અને વિશાલ મન પ્રાપ્ત કર્યા પછી માથાસે પોતાનું જીવન સાવજનિક હિત ધારણ કરવામાં યોજવું જોઈએ. સમાજથી વેગળા થઇ એકલા પોતા માટે શાંતિ મેળવવાથી મનુષ્ય કૃતકાર્ય થઇ શકતો નથી, પણ જ્યારે એક ‘નર’ પોતે પોતાને ઉત્તમ કર્યા પછી ‘લૈશ્વાનર’ ના માટે આત્મસમર્પણ કરે છે ત્યારે જ તે ઉચ્ચતમ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આ સર્વ-મેષ-પદ છે. આ પ્રકારે ઉપરના મંત્રે યોગી માથાસની સામે અંતિમ ઉચ્ચ આદર્શ મુખે છે. બધા શ્રેષ્ઠ મનુષ્યો આ વેદિક આદર્શને પોતાની સામે રાખી પોતાનું જીવન તે અનુસાર બનાવવાનો પ્રયત્ન કરે. હવે બીજી બાબતોના અંગે વિચાર કરવો છે. યોગીજનોનો અધિકાર કર્યા સુધી પહેલે છે ! તે નીચેના મંત્રમાં જોવા જેવો છે—

યમના હૂત

જુનોમિ તે પ્રાણાપાનો જરાં મૃત્યું લીર્ધમાયુ-  
સ્વસ્તિ યેષસ્તેન પ્રદિતાન્ યમદૂતાન્ ચરતોપ  
સેધામિ સર્વાન્ ॥ ૧૧ ॥ આરાવરાતિ નિર્જાતિ  
પરો પ્રાદિ કળ્યાદ- પિશાચાન્ ॥ રક્ષો યત્સર્વ  
દુર્મતં તત્તમ દવાપ દન્મસિ ॥ ૧૨ ॥ અગ્રેષ્ટે  
પ્રાણમમૃતાદાંયુષ્મતો યન્થે જાતવેદસઃ । યથા

ન રિધ્યા અમૃત- સજૂરસસ્તત્તે જુનોમિ તદુ તે  
સમૃદ્ધયાત્મ ॥ ૧૩ ॥ ( અર્થર્. ૮૨ )

‘હું તારી અંદર પ્રાણ અને અપાનનું બળ, દીર્ઘજીવન, (સ્વસ્તિ) સ્વાસ્થ્ય વગેરે બધા સારા બાબ, વૃદ્ધાવસ્થા પછી યોગ્ય સમયે સ્થાપન કરું છું. વૈવરવત યમ દ્વારા મોકલેલા યમદૂતોને જોળીને હું દૂર કરું છું (અરાતિ) અદાવત, (નિર્જાતિ) નિયમ વિરૂદ્ધ અવહાર, (પ્રાદિ) લાજા ઝાળા સુધી મુકામ રાખનારા રોગો, (કળ્યાદ) માર્ગને ક્ષીણ કરનારા રોગો, (પિશાચાન્) લોહીને નખાડું બનાવનાર લોહીમાંના જંતુ, (રક્ષ-ક્ષર) બધા ક્ષયનાં કારણો, (સર્વે દુર્મતં) બધા ખરાબ અવહાર વગેરે જે કંઈ વિનાશક છે, તે બધાને અધારાની જેમ હું દૂર કરું છું. તારા માટે હું તેજસ્વી, અમર અને આયુષ્માન જાતવેદથી પ્રાણ પ્રાપ્ત કરું છું. જેથી તારા અકાલ મૃત્યુ થશે નહિ, તું અમર એટલે દીર્ઘજીવી થઇશ, (સજૂ) મિત્રભાવથી સંતુષ્ટ રહીશ અને તને કંઈ થશે નહિ, આ પ્રકારની સમૃદ્ધિ હું તારા માટે અર્પણ કરું છું.’

આ મંત્રમાં પ્રાણ સાધના કરવાથી જે વિલક્ષણ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે તેનું ઉત્તમ વર્ણન છે. પ્રાણનું બળ પ્રાપ્ત કરવાથી બધી જાતનું સ્વાસ્થ્ય, દીર્ઘ જીવન, બળ તેમજ યોગ્ય કાળમાં મરણ થઇ શકે છે. પરંતુ પ્રાણનું બળ ન હોય એવી અવસ્થામાં અનેક પ્રકારના રોગ, અસ્થ જીવન, અશક્તિ અને અકાળે મરણ પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી પ્રાણાયામ દ્વારા પ્રાણશક્તિ વધારવાની આવશ્યકતા સ્પષ્ટ સિદ્ધ થાય છે. જે વિદ્વાન જીવનને પરિમિત અને નિમિત્ત સમજે છે તે કહે છે કે યમના હૂત બધી દુનિયામાં ફરે છે અને તે જીવનના અંતે મનુષ્યના પ્રાણ હરણ કરે છે. તેથી આયુ વધી શકતી નથી. આ અવેદિક મનુષ્ય ખંડન કરતાં વેદ કહે છે કે જો યમ હૂત આ દુનિયામાં સંચાર કરતા હોય પણ તેમને પ્રાણના અનુદાનથી દૂર કરી શકાય છે. એમાં મનુષ્ય પસંદીન નથી, અનુદાનની રીતિ વડે પ્રાણનું બળ વધારી શકે છે. પ્રાણાપાસના કરનારા ઉપર યમહૂત પોતાના પ્રભાવ પાડી શકતા નથી. આ પ્રકારનું અભય દાન વેદ આપે છે, તે તરફ દરેક વેદિકધર્મીએ ધ્યાન આપવું. આ વિચાર ધારણ કરી નિર્ભય બની પ્રાણાયામ વડે પોતાની આયુ દરેકે દીર્ઘ બનાવવી તેમજ

અન્ય પ્રકારે પણ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરવું. આજીવામની અનુક્રમથી માણસને એટલું જાણ પ્રાપ્ત થાય છે કે જેથી તે યમદ્યોને નસારી મૂકે છે, એટલું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે તેથી જ શ્રેષ્ઠ પુરુષો આજીવામનું મહત્ત્વ વર્ણન કરે છે.

આજીવામથી બધા પ્રકારનાં વ્યાધિ-રોગ અને રોગોનું મૂળ દૂર થાય છે. દુષ્ટ ભાવ, ખરાબ આચારણ, નિધિ નિયમો વિરૂદ્ધ વ્યવહાર વગેરે બધાં રોગ આ અવધાસથી દૂર થાય છે. બધા પ્રકારના રોગોના બીજ શરીરમાંથી દૂરી જાય છે. જે પ્રકારે સૂરજ પોતાના કિરણો વડે અધાર્મિકો સમૂહ નાશ કરે છે તે પ્રકારે યોગી પોતાની આજીવક્રિયા પ્રજાવથી બધા રોગબીજોને દૂર કરી શકે છે.

જે બધા નિમિશ્ન થયેલા પદાર્થોને યથાવત્ જાણે છે, તે આત્મા 'જાત-વેદ્ય યજ્ઞિ' છે. આ આત્મા અમૃતરૂપ અને આયુષમાન છે, એટલે તેજ બધાને આયુષમાન અને અમર કરી શકે છે. જે તેની સાથે પોતાના આત્માને યોગ-સાધન દ્વારા સંયુક્ત કરી શકે છે, તે પોતે પોતાને દીર્ઘશ્વન યુક્ત અને અમરત્વથી પૂર્ણ બનાવી શકે છે. આ પ્રકારે સાધનસંપન્ન યોગી અકાલે મરતા નથી, અમર બને છે, હંમેશા સંતુષ્ટ અને પ્રેમપૂર્ણ બને છે, તેથી બધી જાતની સમૃદ્ધિ યુક્ત થાય છે તેજ સાચી સમૃદ્ધિ છે આ સમૃદ્ધિને પ્રાપ્ત કરવી તે મનુષ્યનો અધિકાર છે.

### અથર્વાનું શિર

ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરી અને મનની બધી વૃત્તિઓને સ્વાધીન કરી તેમને સારા કામે લગાડવી તેને જ યોગ કહે છે. આ પ્રકારનો પુરુષાર્થ જે કરે તેને યોગી કહે છે.

યોગીઓમાં અંશભગ્ના હોતી નથી અને દૃઢ સ્થિરતા મનોવૃત્તિઓમાં રોહા વધારે છે, આ પ્રકારના યોગીનું નામ 'અ-ચર્વા' થાય છે. અથર્વાદાનનો ભાવ 'અર્થ-અસ' એમ છે. એકામરાની સિદ્ધિ તેને પ્રાપ્ત થાય છે આ અથર્વાનો જે વેદ છે તે અથર્વવેદ છે. અથર્વવેદ સર્વ સામાન્ય માણસ માટે નથી. તેમાં યોગસાધનનો મુખ્ય ભાગ હોવાથી તેમજ સિદ્ધ અપરધાની વાતો તેમાં હોવાથી તે અથર્વવેદ યોગીઓનો વેદ છે તે કારણે તેમાં બીજા વેદો કરતાં આજીવામ વિષયક ઉપદેશ વધારે છે તે વેદમાં અર્થવાદા દિશરું વર્ણન નીચે મુજબ છે—

મૂર્ધનમસ્ય સંસોધ્યાર્થવા હૃદયં ચ યત્ ।  
મસ્તિષ્ઠાકૂર્ણ્યઃ ક્રેરયાપવમાનોઽધિ શર્પિતા ॥ ૧૬ ॥ તદ્વા અથર્વણઃ શિરો દેવકોશઃ  
સમુદ્ગિજિતઃ । તત્પ્રાણો યમિ રક્ષતિ શિરો મજ્જ-  
મયો મનઃ ॥ ૧૭ ॥ યો ધૈ તં વ્રક્ષણો વેદામૃતે-  
નાવૃતાં પુરમ્ ॥ તસૈ વ્રક્ષ ચ વ્રાહ્માણ વણુઃ  
પ્રાણે વ્રજાં દત્તુઃ ॥ ૧૮ ॥ ન ધૈ તં વણુર્જહાતિ  
ન પ્રાણો જરસા પુરા । પુરં યો વ્રક્ષણો વેદ  
વસ્યાઃ પુરુષ ઉચ્યતે ॥ ૨૦ ॥ અદાશક્તા તવ-  
દ્વારા દેવાનાં પુરયોધ્યા । તસ્યાં હિરણ્મયઃ  
કોશઃ દ્યશોં જ્યોતિષાવૃતાઃ ॥ ૨૧ ॥ તસ્મિન્  
હિરણ્યવે કોશે ધ્યારે ત્રિપ્રતિષ્ઠિતે । તસ્મિન્  
યજ્ઞસમારમ્ભન્વત્તૈ વ્રક્ષધિરો વિદુઃ ॥ ૨૨ ॥  
વ્રજાઞ્જમાનાં હરિણાં યજ્ઞસા સંપરીવૃત્તામ્ ।  
પુરં હિરણ્યયૈ વ્રક્ષા વિવેશાપરાજિતામ્ ॥ ૨૩ ॥

( અથર્વ. ૧. ૧૨ )

" ( અ-ચર્વા ) સ્થિર ચિત્તયોગી પોતાના ( મૂર્ધન ) મસ્તક સાથે હૃદયને ધાવે છે અને માથાના મજ્જાસ્થિતર્ખ ( પવમાના ) પ્રાણને મોકલે છે. જેને દેવોના કોશ, ખગનો કહે છે તે તેજ અથર્વાનું શિર છે. તેનું રક્ષણ પ્રાણ, અજ અને મન કરે છે. અમૃતથી પરિપૂર્ણ આ વ્રક્ષની નગરીને જે જાણે તેને અજ અને બીજા દેવો ચર્ણુ પ્રાણ અને પ્રજા બાપે છે. વૃદ્ધાવસ્થા પહેલાં મનુ અને પ્રાણ તેને ઊઠાતા નથી. જે આ વ્રક્ષપુરીને જાણે છે અને જેના રહેવાના કારણે આત્માને પુરુષ કહે છે. આ રક્ષા અને તવ દરવાજાથી યુક્ત આ દેવોની અમેષ્યા નગરી છે, તેમાં તેજસ્વી કોશ છે તે દેહીપ્રમાણ સ્વર્ગ છે. તથા આરીથી યુક્ત અને તથા રથાન હિષર રહેનારા તે તેજસ્વી કોશમાં જે પૂર્ય આત્મા છે, તેને અજગતાની લોક જાણે છે. આ દેહીપ્રમાણ, મનોહર, વહરવી અને અપરાજિત નગરીમાં અજ મેલેક કરે છે.

યોગસાધન કરનારા માટે આ ઉપદેશ અમૂલ્ય છે. તેમાં બધાથી પહેલી વાત એમ કહી છે કે હૃદય અને મસ્તિષ્ક એક રૂપ બનાવવું. હૃદયનો ધર્મ ભક્તિ અને મસ્તિષ્કનો ધર્મ વિચાર છે ભક્તિ અને વિચારનો વિરોધ ન હોય. જો એક જ કામમાં સરખા અધિકારે પ્રવૃત્ત થવા જોઈએ. બધા આ જ ને

કેન્દ્રો વિભક્ત છે ત્યાં દોષ ઉત્પન્ન થાય છે. ધર્મમાં વિશેષતઃ મસ્તિષ્કની તકેતા અને હૃદયની ભક્તિને સમાન રચાન મળવાં જોઈએ. જે ધર્મમાં એમને સમાન રચાન મળતું નથી તે ધર્મમાં મોટા દોષ હોય છે. કેળવણીમાં પણ મસ્તિષ્ક અને હૃદયનો સમવિકાસ થાય એવું શિક્ષણ હેતું જોઈએ. જે કેળવણીમાં ફક્ત મસ્તિષ્કની તકેશક્તિ વધે છે તે શિક્ષાપ્રણાલીથી નાસ્તિકતા ઉત્પન્ન થાય છે અને જેથી કેવલ ભક્તિ વધે છે તે પ્રણાલીથી અધર્મવિશ્વાસ વધે છે. માટે તકે અને ભક્તિનો સમવિકાસ થવો જોઈએ, જેથી બંને દોષ દૂર થશે અને બધી પ્રકારની ઉન્નતિ થશે. ચોક્કસાધન કરનારાઓએ પોતાના મસ્તકની તકેશક્તિ અને હૃદયની ભક્તિ સમપ્રમાણમાં વિકસિત કરવી. આજ કાલ 'મસ્તક અને હૃદય સીરગ'ના ઉપદેશમાં છે. બંનેને સીધી એક કરવા જોઈએ અને બંનેને મેળવી આત્મોન્નતિના કામમાં સમર્પિત કરવા જોઈએ.

### બ્રહ્મલોકની પ્રાપ્તિ

“મસ્તિષ્કના ઉપરના સ્થાનમાં પ્રાણને પ્રેરિત કરવો” આ બીજો ઉપદેશ ઉપરના મંત્રોમાં છે. મસ્તિષ્કમાં સહસ્તાર ચક્ર છે અને તેની નીચે પૃથ્વીના સાથે કેટલાક ચક્રો છે. પ્રાણાયામ દ્વારા નીચેથી એક એક ચક્રમાં પ્રાણ ભરવાની ક્રિયા સાધ્ય થાય છે અને બધાની અંતે આ મસ્તિષ્કના સહસ્તાર ચક્રમાં પ્રાણ મોકલવામાં આવે છે, આ રીતે પહેલાં પૃથ્વીચક્રની નાડીઓમાં પ્રાણનો ઉત્તમ સંચાર થાય છે. ત્યાર પછી મસ્તિષ્કના સહસ્તાર ચક્રમાં પ્રાણ પહોંચે છે અને બહાર પ્રસૂધી પ્રાણની ગતિ હોય છે. આ પ્રાણની સર્વોત્તમ ગતિ છે. આજ બ્રહ્મલોક હોવાથી તેમજ આ સ્થાનમાં પ્રાણની સાથે આત્મની ગતિ હોવાથી આ અવસ્થામાં મુક્તિને બ્રહ્મલોક પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી આ અવસ્થાને બધાથી શ્રેષ્ઠ અવસ્થા કહી છે. આ બધાથી શ્રેષ્ઠ અવસ્થા પ્રાણાયામને નિમગ્નપૂર્વક અભ્યાસ કરવાથી પ્રાપ્ત થાય છે, તેથી તે યોગીઓને પ્રાપ્ત થવાની અવસ્થા છે.

### દેવોના કેશ

અથવા એટલે યોગીનું ઉપર જણાવ્યા મુજબનું શિર ખરેખર દેવોના ખળનો છે. આ પ્રકારના અચર્યાના શિરમાં બધી દિવ્ય બાવનાઓ રહે છે. બધી દિવ્ય શ્રેષ્ઠ દૈવીશક્તિ.

ઓનો નિવાસ તેના શરીરમાં હોય છે. માટે તેનો દેહ દેવતાઓનું સાચેસાચ મંદિર છે. આ દેવોના મંદિરનું રક્ષણ કરનારા જે વીર છે તેમનું નામ પ્રાણ, મન અને અન છે. પદ્મવાન પ્રાણ બધા રાત્ર બીજો અને શારીરિક દોષોને દટાવે છે. શ્રેષ્ઠ સદૃશ્ય અને સત્યનિષ મન પોતાના સુવિચાર દ્વારા તેને સુરક્ષિત રાખે છે. મનની પ્રમળ મગ્ગશક્તિ વડે બધા દોષ દૂર થઈ શકે છે, અને આદર્શ અવસ્થા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સાત્ત્વિક અનનું સેવન કરવાથી શરીર નિર્દોષ બને છે, મન પણ સાત્ત્વિક બને છે, પ્રાણની શક્તિ વધે છે. આ પ્રકારે આ ત્રણ વીર 'પ્રાણ, મન અને અન' પરસ્પરનું સંબંધન કરતા બધા મળી યોગીને મદદ કરે છે. આ પ્રાણાયામનું યથા છે.

### બ્રહ્મની નગરી

બ્રહ્મની નગરી હૃદયમાં છે અને તેમાં અમૃત છે. આ અમૃત દેવો પ્રાપ્ત કરે છે અને મુક્ત થાય છે. એટલે હૃદય રચનાથી લોકો બધી દિવિયોમાં જઇતાનું આરોગ્ય રિથર કરે છે. આ અમૃતપૂર્ણ બ્રહ્મનગરીને જે ઠીક પ્રકારે જાણે છે, આ પુરીના બધા ગુણધર્મોથી જે પરિચિત છે, આપણી આ હૃદયશક્તિને જે જાણે છે, તેને બ્રહ્મ અને બ્રહ્મની શક્તિઓ ચક્ષુ, પ્રાણ અને ગ્રન્થ પ્રાપ્ત થાય છે. અહીં ચક્ષુ શબ્દથી બધાં હિન્દિયોના અને અવધવોનાં ભોધ થાય છે. ગ્રન્થ શબ્દથી સુપ્રજ્ઞનો ભોધ થાય છે અને પ્રાણ શબ્દથી સામર્થ્યમુક્ત જીવનનું જ્ઞાન થાય છે. તાત્પર્ય આ આપણા હૃદયની શક્તિઓનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાથી ઉપર જણાવેલા બધા લાભ થઈ શકે છે હૃદયને તેમજ પોતાના આંતરિક હિન્દિયો અને અવધવોને જાણવા, પ્રાણાયામથી જે ચિત્તની એકમતા થાય છે ત્યારે કેટલીક અગ્રાત શક્તિઓનું વિશેષ જ્ઞાન થાય છે, આ રીતે હૃદયથી અંતરંગોનું પૂર્ણ જ્ઞાન થયા પછી ત્યાં આપણી આત્મની શક્તિ કેવી અદ્ભૂત રીતે કામ કરી રહી છે તેનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. આ રીતે પોતાની આત્મશક્તિની જાણ થાય છે અને ઉપર કહ્યા મુજબ જળ પ્રાપ્ત થાય છે, સુપ્રજ્ઞ નિર્મલું કરવાની શક્તિ, દીર્ઘ આયુ, અને જળવાન હૃદય આ ત્રણ ફળો, પોતાના હૃદયનું તેમજ આત્મશક્તિનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરનારને પ્રાપ્ત થાય છે.

જે પુરુષ બ્રહ્મજ્ઞાની બને છે તે આજ્ઞા મુત્યુથી મરતો નથી. પૂર્ણ આયુની સમાપ્તિ પછી સ્વકીય મગ્ગથી તે મરે છે, આયુષ્યની સમાપ્તિ સુધી તેના બધી હિન્દિયો, અવધવો

અને અંગે બળવાન અને હાવ્યદામ રહે છે. આ ધર્મશાસ્ત્રનું ફળ છે, કોઇ અર્થો એમ શ્રદ્ધા ઉદ્ભવશે કે ધર્મશાસ્ત્રની આત્મિક ફળ કેવી રીતે મળે ? તે શ્રદ્ધાના ઉત્પત્તિ કહેવાનું કે ધર્મશાસ્ત્રની આત્મિક શક્તિ ધામ છે અને તે કારણે તે ફળ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. તેમજ જે ધર્મશાસ્ત્રી છે તેનો આત્મા વિચાર સક્રિય હોવાથી ન હોવાથી તેની શક્તિ કદી હીન થતી નથી. ઉલટ તેની શક્તિ વિકસિત થાય છે અને જેની શક્તિની અભિવૃદ્ધિ ધાય છે તેને ઉપર જણાવેલી બાબતો પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

### અથર્વધ્યાન નગરી

આ શ્રદ્ધા અને નવ દરવાજાની યુક્તિ આ દેવતાઓની નગરી છે, તેનું નામ 'અથર્વધ્યાન' છે. તે નગરીમાં દેવતાઓ, આસુરી ભાવનાઓનો સમાવ થતો નથી. એટલે ત્યાં નિત્ય દેવીશક્તિ જ શક્તિ માટે નિવાસ કરે છે. તેથી તેનું નામ 'અ-યોગ્યા' નગરી છે. જ્યાં સુધી આ નગરી દેવોની આધીન છે ત્યાં સુધી તેમાં શક્તિનું રામરમ્ય હોય છે. ઇન્દ્રિયોના નવ દરવાજા છે અને તેમાં પૃથ્વ્યમાં મૂલાધાર વગેરે આઠ શ્રદ્ધા છે આ નગરીમાં હૃદયરચનામાં પ્રકાશમય સ્વયં છે, પ્રાણાયામાદિ સાધનો દ્વારા પ્રાપ્ત કરવાનું તે સ્થાન છે પ્રાણબળને અર્થ પોતાની હૃદયથી મેળવવું, નહિ તો તે સ્થાન દરેક પ્રાણીમાત્રની પાસે છે જ. પરંતુ બધાં શોધ જ સોઠા પોતાની હૃદયથી તેમાં પ્રવેશ કરી શકે છે. આત્મશક્તિનો પ્રભાવ જાણી તે સ્થાનને જાણવું અને શાંતિની સાથે તેમાં વાસ્તવ્ય કરવું ચૈત્ત્યસાધનથી સાધ્ય થાય છે.

### અથર્વધ્યાનો રામ

આ નગરીમાં જે પૂજનીય દેવ છે તેજ આત્મારામ છે. તેને ધર્મશાસ્ત્રી સોઠા જ જાણે છે. બીજાઓને તેનો પત્તો લાગી શકતો નથી.

આ શ્રદ્ધાની નગરીમાં વિજ્યની બહા પ્રવેશ કરે છે. જીવતામાં જ્યારે આસુરીભાવના ઉપર વિજ્ય પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તે પોતાની રાજધાનીમાં વિજ્યોત્સવ કરતો પ્રવેશ કરે છે. આ રાજધાની અથર્વધ્યાન નગરી ચક્રથી પરિપૂર્ણ છે. દુઃખોનું દરજી કરનારી છે અને તેજથી પ્રકાશિત છે. તેનો પરાજય આસુરીભાવનાઓ વડે કદિ થઇ શકતો નથી. તેથી તેનું નામ 'અપરાજિત અથર્વધ્યાન' છે પોતાની આ હૃદય-શક્તિને જાણવું જોઇએ. હૃદયપરાજિત, અજિત, અજેય

હું, દુઃખભાવોથી હું કદિ પરાજય પામીશ નહિ. હું હંમેશાં વિજ્યી બનીશ, મારું નામ જ 'વિજ્ય' છે વગેરે ભાવ ઉપાસકો પોતાની અંદર ધાતવ્ય કરવા જોઇએ. હું હીન, હીન, દુઃખી, અધમ હું આ પ્રકારનો ભાવ કદાપિ મનમાં ધારણ કરવો નહિ. તે ભાવ અવિદિ છે. આ મંત્રમાં આત્માનું વિજ્યની સ્વરૂપ બતાવ્યું છે. વૈદિકધર્મ સંજ્ઞાઓએ આ ભાવ ધારણ કરવો.

આપણા આત્માનું આ વર્ણન છે. આત્મા કંઈ પ્રકારના ભાવથી પરાજિત થાય છે અને કંઈ ભાવનાઓ ધારણ કરવાથી વિજ્યી બને છે, તેનું સક્રમ વર્ણન આપ્યું છે. આત્મા જ બહા છે તે હૃદયકમ્બમાં નિવાસ કરે છે, હંમેશાં એટલે પ્રાણ તેનું વાહન છે હૃદયમાં વર્ણન પહેલાં આવી ગયું છે. આ ધર્મશાસ્ત્રી નગરી, આત્મા દેવોની મુરી અમરાવતી છે, અર્થો બધું જ છે. વાચકે પ્રથમ કરી પોતાની અંદર આ શક્તિનો અનુભવ કરવો અને પોતે વિજ્ય સંપાદન કરવો.

હવે ચાર વેદોમાંથી અનેક મંત્રો દ્વારા જે જે ઉપદેશ ઉપર આપ્યા છે તેનો સારાંશ ત્રીજે ભાગીએ છીએ, જે વાંચી જવાથી પહેલાં હૃદય જાણતો ભાવ-સારાંશ હૃદયમાં પ્રકાશિત થઇ શકશે—

(૧) આત્મિક પ્રાણનો જાણ વધુ જોડે નિત્ય સંપાદ્ય છે.

(૨) જેટલો પ્રાણ હોય છે તેટલું જ જીવન હોય છે તેથી પ્રાણશક્તિની શક્તિ કરવાથી પ્રાણબળની શક્તિ મધ્ય કરે છે.

(૩) પ્રાણ રક્તોના નિમોત્તે અત્યંત આચરણ કરવાથી જેવલ પ્રાણનું જળ જ વધે છે એમ નથી પણ શક્તિ વગેરે બધી ઇન્દ્રિયો, અવયવો અને અંગોની શક્તિ વધે છે અને ઉત્તમ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થઇ શકે છે.

(૪) પ્રાણાયામની સાથે મનમાં શુભ વિચારોની ધારણ કરવાથી મોટો સાલ થાય છે

(૫) સ્વસ્થ પ્રકાશનું સેવન અને બોજનમાં ધીનું સેવન કરવાથી પ્રાણાયામની ત્વરિત સિદ્ધિ થાય છે.

(૬) અણુશક્તિનો વિશ્લેષ કરવો દરેકનું કર્તવ્ય છે. કારણ કે આત્માની શક્તિ સાથે પ્રેરિત પ્રાણ શરીરના પ્રત્યેક અંગમાં જઇ ત્યાંના આરોગ્યનું રક્ષણ અને બળની શક્તિ કરે છે

(૭) એકજ પ્રાણના પ્રાણ, અધાન, બ્યાન, ઉદાન અને

સમાન આ ભેદ છે તેમજ ખીજા ઉપગ્રાહ્ય પણ તેના વધુ ભેદ છે.

(૮) સંતોષજ્ઞતા અને પવિત્રતાથી પ્રાણુનું સામર્થ્ય વધે છે.

(૯) પ્રાણુનો વીર્ય સાથે સંબંધ છે. વીર્યરક્તપ્રાણુથી પ્રાણુશક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે અને પ્રાણુઆયુષી વીર્યની રિથરતા થાય છે. આ પ્રકારે તેમનો પરસ્પર સંબંધ છે.

(૧૦) પરમેશ્વરની ઉપાસના અને સંગીતનો અભ્યાસ આ બંને પ્રાણુનું બળ વધારે છે.

(૧૧) પ્રાણુશક્તિનું રક્ષણ અને અભિવૃદ્ધિના માટે ખીજા બધી ઇન્દ્રિયોના સુખનો ત્યાગ કરવો જોઈએ, એટલે ખીજા ઇન્દ્રિયોનું સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રાણુની ઢાની કરવી ન જોઈએ.

(૧૨) બધી શક્તિઓમાં પ્રાણુશક્તિ પ્રમુખશક્તિ છે.

(૧૩) સતકર્મની સાથે પ્રાણુનું પોષણ કરવું જોઈએ.

(૧૪) વાયા, મન અને કર્મમાં શુદ્ધતા અને પવિત્રતા રાખવી જોઈએ. તેથી બળ વધે છે.

(૧૫) સ્ત્રીવેળા આપણી બધી ઇન્દ્રિયશક્તિઓ કેવી રીતે બ્લાતમાં લીન થાય છે અને ઉઠવાના સમયે ફરી ક્યા પ્રકારે બ્યક્તિપર્મા કાર્ય કરવા લાગે છે, એનો વિચાર કરવો અને તેમાં પ્રાણુના કાર્યનો અનુભવ લેવો જોઈએ. આ અભ્યાસથી બ્લાતમાંની વિલક્ષણ શક્તિ બધી શકાય છે.

(૧૬) પ્રાણુ સંપૂર્ણ રામબીજોને અને શારીરિક હોષોને દૂર કરે છે. જ્યાં સુધી પ્રાણુ છે ત્યાં સુધી શરીરમાં અમૃત છે.

(૧૭) ભોજનની સાથે, પ્રાણુશક્તિ, આયુષ્ય, આરોગ્ય વગેરેના સંબંધ છે. માટે એનું ઉત્તમ સાત્ત્વિક ભોજન કરવું જોઈએ કે જે આયુષ્ય આરોગ્ય વગેરેની વૃદ્ધિ કરે.

(૧૮) હજારો સક્ષમરૂપોમાં શરીરમાં પ્રાણુ કાર્ય કરે છે.

(૧૯) પ્રાણુસંવર્ધનના નિયમો વિરૂદ્ધ બ્યવહાર કરવાથી બધી શક્તિ ક્ષીણ થઈ અકાલે મૃત્યુ થાય છે. તેથી તે પ્રકારે નિયમવિરૂદ્ધ આચરણ કરવાની પ્રતિજ્ઞા રાખવી જોઈએ.

(૨૦) અગ્નિ, વાયુ, રવિ ઇત્યાદિ જાણેદેવતાઓ પોતાના શરીરમાં વાયા, પ્રાણુ, અશ્વ વગેરે રૂપે રહે છે. આ પ્રકારે આપણું શરીર દેવતાઓનું મંદિર છે અને હું તે સર્વ

દેવતાઓનો અધિક્ષતા છું. આ ભાવના મનમાં રિથર કરવી જોઈએ અને પોતે પોતાને ઉપરની ભાવનારૂપ સમજવું જોઈએ.

(૨૧) પોતે પોતાને અપરાધીત વિજયી અને શક્તિનું કેન્દ્ર માનવું યોગ્ય છે.

(૨૨) પ્રાણુ રૂઢ છે. રૂઢવાચક બધા શબ્દો પ્રાણુવાચક છે.

(૨૩) પ્રાણુના આધારથી જ બધું વિશ્વ ચાલી રહ્યું છે. પ્રાણુઓની અંદર આ મહાન વિલક્ષણ શક્તિ છે.

(૨૪) હું પુરુષાર્થથી જરૂર પોતાની બધી શક્તિઓનો વિકાસ કરીશ, એવો દઢનિશ્ચય કરવો યોગ્ય છે.

(૨૫) પોતે પોતાને કદિ હીન, દીન, દુર્બળ સમજવું ન જોઈએ. પણ પોતાના પ્રભાવનો ગૌરવ હંમેશા જાહેર જોડો જોઈએ.

(૨૬) દુનિયામાં એવી કાંઈ શક્તિ નથી જે મને કંઈ આપી શકશે. હું બધા કષ્ટોને દૂર કરવાનું સામર્થ્ય ધરાવું છું, એવો ભાવ મનમાં રાખવો.

(૨૭) સર્વશક્તિમાન પરમેશ્વર મારો મિત્ર છે, આ વાત ઉપર પૂર્ણ વિશ્વાસ રાખવો. તેમજ તેને પોતાનો પિતા, માતા, વાહન વગેરે સમજવું. તેનામાં અને મારામાં રચનાકાલ વગેરે ભેદ નથી.

(૨૮) યોગ્ય સમયે યોગ્ય કાર્ય કરવું. કાલની અનુકૂલતા પ્રાપ્ત થવાથી તે દૂર ન કરવું. આજ થઈ કામ કાલ ઉપર ન છોડવું.

(૨૯) સ્મૃતિ અને ભૂતિ ધારણ કરવાથી ઉત્તમિ થાય છે.

(૩૦) દીર્ઘ આયુ એ મોટું ધન છે, તેને વધારવું જોઈએ. નિર્દય થવાથી તે ધનની વૃદ્ધિ થાય છે.

(૩૧) ઉત્સાહ, સાવધાનતા, સ્મૃતિ, ભૂતિ, દ્વંસ-રક્ષણની ભાવના, અને યોજનાથી ઉત્તમિનું સાધન થઈ શકે છે.

(૩૨) હંમેશા ઉત્તમિ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, જે કાર્ય કરવાથી નીચે પડવું પડે, અવનતિ થાય, અધાપાત થાય તે ન કરવું.

(૩૩) આ અચૂતમય શરીરમાં આવી વ્યક્તિની ઉત્તમિ અને બધી જનતાની ઉત્તમિ કરવા માટે પ્રયત્ન કરવા જોઈએ, જીવનનો તેજ ઉદ્દેશ છે.

(૩૪) સંપૂર્ણ અનિબીડતા સાથે મુદ્દ કરી પોતાનો વિજય સંપાદન કરવો જોઈએ.

( ૩૫ ) હૃદયની શક્તિ અને ધરિતકની તાકશક્તિ આ બંને એકજ સારાણમાં સમાવ્યા. તેમજ બંનેને સમવિશાસ કરવો જોઈએ.

( ૩૬ ) મોઝોનું શિર ખરેખર દેવોનું વચનિરયાન છે.

( ૩૭ ) આપણા હૃદયમાં જ અહનગરી છે, તેજ સ્વપ્ન અને તેજ આમરાવતી છે, તેજ દેવોની અનોખ્યા છે, અહાહાની તો સારી પેઠે જાય છે.

( ૩૮ ) જે આત્મશક્તિનો વિશાસ કરે છે તેજ પોતાના મોરચ સાથે પોતાની આ શબ્દધાનીમાં પ્રવેશ કરે છે.

( ૩૯ ) પ્રાણને પોતાના સ્વાધીન કરી ધરિતકના ઉપર મોકલવો જોઈએ. આ વિચારેની ઋતિ નથી ત્યાં પહેંચિયું જોઈએ, તેજ આત્માનું સ્થાન છે.

( ૪૦ ) નિશ્ચય સાથે પ્રરુપાયના પ્રપત્તી ઉત્તિના રસતા ઉપર ચાલનારો યોગી પોતાની સર્વ પ્રકારની ઉત્તિ કરી શકે છે.

આ પ્રકારે વેદમંત્રોનો આશય છે, વાયકો તેનો વારંવાર વિચાર કરે અને પોતાની ઉત્તિ માટે ઉપયોગી બોધ લે. તેમજ પ્રાપ્ત બોધ અનુસાર વ્યાખ્યાન કરી પોતાના અંતે જનનાના અબુદ્ધ અને નિઃશ્રેયસ્ પ્રાપ્તિના સાધનમાં સદા તત્પર રહે.

આ લેખમાં યોગ વેદમંત્રો આપ્યા છે જેમાં પ્રાણવિષયક ઉપદેશ વિશેષ રીતે સ્પષ્ટ છે. પરંતુ તે સિવાય બીજાં દેવતાઓના સૂક્તમાં સૂત્ર રીતીથી જે પ્રાણવિદ્યનું વર્ણન છે તેની પણ શોધબોળ થવી જોઈએ. વાયકો પોતે પ્રાણવિદ્યાનો અભ્યાસ કરી આ કહેલ શોધ કરવાના પવિત્ર કાલમાં પોતે પોતાને સમર્પિત કરશે.

પોતે અનુભવ કર્યા વગર ઉપર કહ્યા મુજબ શોધબોળ થઈ શકે નહિ. તેથી પ્રથમ પ્રાણભામનું સાધન પોતે કરવું જોઈએ. જે સમજીને પ્રાણભામનું સાધન પોતે કરશે અને ઉચ્ચભૂમિકામાં જઈ ત્યાંના પ્રવેશ અનુભવ કરશે તેમને જ વેદિક સંકેતોનું ઉત્તમ જ્ઞાન થતોના સંભવ છે. તેથી વાયકોને વિનંતિ છે કે તેઓએ પહેલાં અનુજ્ઞાન દ્વારા પોતે અનુભવ લેવાનો યત્ન કરવો અને પછી વેદિક પ્રાણવિદ્યાની શોધ કરવી જેથી પાઠજીવી આવનારા અનુવાચીઓ માટે રસતા કહેવો થાય. દરેક યોગી ધોડા પ્રવેશોથી જ્યોતે મહાન કામ સિદ્ધ થાય છે. વાયકોએ ઉત્સાહ સાથે આપૂર્વ પ્રયત્ન કરવો.

## ઉપનિષદોમાં પ્રાણ-વિદ્યા

વેદમંત્રોમાં જે અધ્યાત્મવિદ્યા છે તેજ ઉપનિષદોમાં જાણી છે. અધ્યાત્મવિદ્યાના અનેક અંગોમાં પ્રાણવિદ્યા નામક એક મુખ્ય અંગ છે. તે જેમ વેદમંત્રોમાં છે તેમ ઉપનિષદોના મંત્રોમાં પણ છે. આ પહેલાં વેદની પ્રાણવિદ્યા ચારાકરૂપે જાણી છે, હવે ઉપનિષદોની પ્રાણવિદ્યા વિશે જોઈશું —

## પ્રાણની ઔષ્ઠતા

પ્રાણ બધી શક્તિઓમાં શ્રેષ્ઠ છે. તે વિશે નીચેનું વાક્ય લુઓ—

પ્રાણો બ્રહ્મેતિ વ્યજાનાત્ । પ્રાણાદ્યેવ જ્ઞાતુ  
હમાનિ બૃતાનિ જાવંતે । પ્રાણેન જાતાનિ  
જીવંતિ । પ્રાણં પ્રવંત્યસિ સં વિચંતીતિ ॥  
( તે. ઉ. ૩૦૩ )

“ પ્રાણ જ અહ છે, ઠાણુ કે પ્રાણુથી બધા બૂતો ઉત્પન્ન થાય છે, પ્રાણુથી જીવિત રહે છે અને અસે પ્રાણમાં જ જાય છે. ”

આ પ્રાણશક્તિનું મહત્ત્વ છે. પ્રાણ બધાથી મોટી શક્તિ છે બીજા બધી શક્તિ પ્રાણ ઉપર અવલગિત છે. અર્થાં સુધી પ્રાણ રહેશે ત્યાં સુધી બીજા શક્તિઓ રહેશે. પ્રાણ જવા લાયકો તો બીજા શક્તિઓ પહેલાં ચાલી જશે અને પછી પ્રાણ નિઃશી જશે. પ્રાણ શક્તિનો આધાર કહત પ્રાણીઓને જ છે એમ નહિ પણ ઔષધિ વનસ્પતિ તેમજ રિશયર પદાર્થ આ બધાને પ્રાણ શક્તિનો આધાર છે. પ્રાણશક્તિ બધે વ્યાપક છે અને બધાની અંદર રહી બધાનું ધારણ રોધણ કરી રહી છે. અળપતિ પરમાત્માએ બધાથી પહેલાં જે પદાર્થ ઉત્પન્ન કર્યો તેમાં એક પ્રાણ છે અને બીજા રહિ છે. તે વિશે લુઓ—

સ મિથુનમુત્પાદયતે । રયિ જ પ્રાણં જ ષ ષ ॥  
આદિત્યો હ વે પ્રાણો રયિરેષ સંદ્રમા રયિર્વા  
વત્તસર્થે યન્મૂલં ચામૂલં જ સસ્માન્મૂર્તેરેષ  
રયિઃ ॥ ૫ ॥  
( પ્રશ. ઉ. ૧ )

“ પરમાત્માએ યજ્ઞાતમાં આદિત્યની એક જોડું નિર્માણ કર્યું. તેમાં એક પ્રાણ છે બીજા રયિ છે. વિંદ્યામાં આદિત્ય જ પ્રાણ છે અને ચંદ્રમા તેમજ જગત્ જેમાં દરમ અને અદરમ પદાર્થ છે તે બધું રયિ છે. ”

એટલે એક પ્રાણુશક્તિ અને બીજી રચિત બધાથી પ્રથમ ઉત્પન્ન થઇ. તેનો ભાવ નીચેના ક્રમમાં ઉપરથી ખળર પડશે. જુઓ—

પ્રાથુ	રચિ
આદિત્ય	ચંદ્રમા:
પુરુષ	સ્ત્રી, પ્રકૃતિ
Positive	Negative

જગતના આ માતાપિતા છે, તેમનાથી સહિ ઉત્પન્ન થય છે. સંપૂર્ણ જગતમાં તેમનું કાર્ય છે. સૂર્યમાલામાં સૂરજ પ્રાણ છે, બધાં ચંદ્ર ગંગેરે રમિ છે. શરીરમાં મુખ્ય-પ્રાણ પ્રાણ છે અને બીજા રથૂલ શરીર રમિ છે. શરીરમાં જમણું પડખું પ્રાણ છે ડાહ્યું પડખું રમિ છે. આ પ્રકારે એક બીજાની આંદર રમિ અને પ્રાણશક્તિઓ વ્યાપેલી છે. કાષ્ઠ રથાન એવું નથી જ્યાં આ બંને શક્તિઓ નથી. બધે રહી સર્વ રિધાયરમાં તેમનું કાર્ય થઇ રહ્યું છે. તે જોવાથી પ્રાણની સર્વ વ્યાપકતાનો ખ્યાલ આવી જશે. આ પ્રકારે આ બધા દેવોના દેવ છે માટે કહ્યું છે કે—

કતમો યકો દેશ હતિ પ્રાણ હતિ ॥ (૫૫ અધ્યાય)  
 'એક જ દેવ કયો છે ? પ્રાણ છે.' એટલે બધા દેવોમાં  
 મુખ્ય એક દેવ કોણ છે ? ઉત્તરમાં કહ્યું કે પ્રાણ જ અધર્મા  
 મુખ્ય અને શ્રેષ્ઠ દેવ છે કહ્યું ભૂલ્યો—

प्राणो वाच ज्येष्ठश्च श्रेष्ठश्च ॥

( ୱ. ୩।୩୩, ୬. ୩।୩ )

'પ્રાણ જ બધાથી મુખ્ય અને શ્રેષ્ઠ છે.' બીજા બધા દેવો તેના આધારે રહે છે. તેમજ—

( १ ) प्राणो वै धलं तत्प्राणे प्रतिष्ठितम् ॥

( ५१४४४ )

( ૧ ) પ્રાણો યા અમૃતમ્ ॥

( ५. १११३ )

( ३ ) प्राणो वै सत्यम् ॥

( જૂ. ૨૧૧૨૦ )

( ४ ) प्राणो वै यशो बलम् ॥

( ज. ११२१६ )

(૧) પ્રાણી જ બળ છે, તે બળ પ્રાણીમાં રહે છે.

(૨) પ્રાણુજ અમૃત છે. (૩) પ્રાણુજ સત્ય છે. (૪)

પ્રાણીય યથ અને બળ છે. ' આ પ્રકારે પ્રાણીનું મદત્વ છે. પ્રાણીની શ્રેષ્ઠતા એટલી છે કે તેનું વર્ણન ચંદ્રો વડે થઈ શકે નહિ.

પ્રાણ ક્યાંથી આવે છે ?

પરમાત્માએ પ્રાણની ઉત્પત્તિ કરી છે, તેનું વર્ણન પહેલાં  
આપ્યું છે. પરંતુ આ પ્રાણસક્રિતની આપિ પ્રાણીઓને કેવી  
રીતે થાય છે તે વિશે નીચે આપેલા મંત્ર જાઓ—

आदित्य उदयन् यत्प्राचीं दिशं प्रविशति तेन  
प्राच्यान् प्राणान् रश्मिषु संनिधत्ते ॥ यदक्षिणां  
यत्प्रीतीं यदुदारीं यदधो यदूर्ध्वं यदन्तरा  
दिशो यत्सर्वं प्रकाशयति तेन सर्वान् प्राणान्  
रश्मिषु संनिधत्ते ॥ ६ ॥ स एष वैश्वानरो  
यिश्चरूपः प्राणोऽग्निरुदयते ॥ तदेतद्वचा-  
भ्युक्तम् ॥ ७ ॥ विश्वरूपं हरिणं जातवेदं स  
परायणं ज्योतिरेकं तपतम् ॥ स ह्यन्तरिमः  
शतधाः वर्तमानः प्राणः प्रजानामुदयत्येष सूर्यः  
॥ ८ ॥ (अथ. श्र. १.१-८)

( ५५. ६. ११६-८ )

“ સૂરજનો જ્યારે ઉદય થાય છે ત્યારે તેના કિરણો વડે જમીન દિશામાં પ્રાણી સુગ્રામ છે. આ રીતે સૂર્યકિરણો વડે જ પ્રાણી જમીન પહોંચે છે. આ સૂરજ પ્રાણીપત્ર વૈજ્ઞાનર અભિ છે. આ સૂરજ ( વિશ્વ-સ્વ ) જમીન રૂપેના પ્રકાશક, ( હરિત ) અધારને હરણ કરનાર, ( જાત-બેદલ ) ધનના ઉત્પાદક, એક શ્રેષ્ઠ તેજસ્વી યુક્ત, સેકંડા પ્રકારના સહજ કિરણોથી પ્રકાશનારો આ પ્રજાએના પ્રાણ ઉદય પામે છે.

આ સુરજનું વર્ણન બતાવે છે કે સુરજનો પ્રાણ સાથે શું સંબંધ છે. સુરજના કિરણો વિના પ્રાણની પ્રાપ્તિ થઇ શકતી નથી. આ સ્વર્ગાળાનો મૂળ પ્રાણ આ સર્વદેવ છે. તે કારણે વેદમંત્રોમાં આયુ, આરોમ્ય, બળ, વગેરે સાથે સુરજનો સંબંધ કેસો મનિષ છે તેની ભણુ થાય છે. જેઓકો કાયમ અધારામાં રહે છે સુરજ પ્રકાશમાં કિયા કરતા નથી, સુરજ પ્રકાશથી પોતાનું આરોમ્ય મેળવતા નથી અને પોતાના આરોમ્ય માટે વૈદ-હકીમ-ડોક્ટરેલાના ધરો ભરે છે, ઝેરસમી દવાઓ પીએ છે, તેમની અસાનતાને અપાદ કયા છે ? પરમાત્માએ આપાર કૃપાથી સુરજ અને વાયુ ઉત્પન્ન કર્યા છે અને તેમનાથી પૃથ્વી આરોમ્ય પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. પોત્ત રીતે પ્રાણુપામ દારો તેમનું સેવન કરારો તો રવભાવતા આરોમ્ય મળશે. એટલું સરતું આરોમ્ય હોવાં છતાં મનુષ્ય એવી અવધારાએ પડેલી જાવ છે કે અપ્રુદ ધનનો વ્યય કરી પણ આરોમ્ય મેળવી શકતો નથી. વાયકો ! જુઓ વેદના

ઉપદેશથી જનતા કેટલી દુર ખડ છે. દીકા વિચાર્યાપક પ્રાણ પ્રાપ્ત થવાનો પ્રાર્થના પ્રકાર છે. તે પ્રાણ સૂચકમાં કેહિત થયો છે, ત્યાંથી સૂચકના કિરણો વડે વાયુમાં આવે છે અને વાયુની સાથે અમારા લોહીમાં જઈ અમારું શરીર વધારે છે, જેઓ પ્રાણાયામ કરવા ઇચ્છે છે તેમને આ જામતની સારી રીતે માહિતી દોરી બોલ્યો. આજ પ્રાણનું વધુ વધુ જીવો—

### દેવોની ઇમંડ

“એક વખતે એક ધર્મ કે જાણકારિયા પૃથ્વી, આપ, તેજ, વાયુ આ દેવા તેમજ શરીરની અંદર વાયુ, મન, મધુ અને શ્રોત્ર આ દેવ એમ માનવા લાગ્યા કે જ્યારે જ આ દુનિયા ચલાવીએ છીએ, જગતને આપણે જ આધાર છે અને અમારાથી કોઈ શેષ કશિત નથી. આ દેવોના નવે બેઠ પ્રાણ કહેવા લાગ્યા કે, ‘હે દેવા! એવી ઇમંડ કરો નહિ. હું ચોતે પોતાને પાંચ વિભાગમાં વહેંચી આ જગતને ધારણ કરું છું. પરંતુ તેનું આ કહેવું દેવોએ માન્યું નહિ. તેથી મુખ્ય પ્રાણ ત્યાંથી જવા લાગ્યો, ત્યારે બધા દેવા દુઃખના લાગ્યા, પછી જ્યારે પ્રાણ પાછો ફર્યો ત્યારે બધા દેવા પ્રસન્ન થયા. તેથી દેવોને ખબર પડી કે બધી પ્રાણની જ કશિત છે, જેના લીધે જ્યારે કાપ કરી રહ્યા છીએ, અમારી જ કેવળ કશિતથી જ્યારે આ કાપને ચલાવવામાં બિલકુલ અસમર્થ છીએ.” આ પ્રકારે જ્યારે દેવોએ પ્રાણનો મહિમા જાણી લીધો ત્યારે તે પ્રાણની રૂપિત કરવા લાગ્યા. આ રૂપિત નીચેના મંત્રોમાં આપી છે.

### પ્રાણ-રૂપિત

યવોઽન્તિસ્તપત્યેય સૂર્ય યવ વર્ષન્વો મગધાનેવ યાસુરેવ પૃથિવી રયિર્વેવઃ સદસપ્રમાતૃત્વં ચ વત્ ॥ ૫ ॥ મરા દશરથનામૌ પ્રાણે સર્વે વતિષ્ઠિતમ્ ॥ શ્વો યજુર્ધિ સ્વામાનિ યજઃ શ્વત્રં પ્રજ્ઞં ચ ॥ ૬ ॥ પ્રજાપતિશ્ચરાસિ ગર્મે ત્યમેષ પ્રતિ જાયસે ॥ તુમ્યં પ્રાણઃ પ્રજાસ્તિષ્ઠમા વર્ણિ હરગિત યા પ્રાણેઃ પ્રતિ તિષ્ઠસિ ॥ ૭ ॥ દેવાનામાસિ ઘડિતમઃ પિતૃણાં પ્રથમા રુચ્યા ॥ ક્ષણેણાં ચરિતં સત્યમયવાં મિરલામસિ ॥ ૮ ॥ હંદસ્ત્વં પ્રાણ તેજસા ચદ્રોઽસિ પરિરક્ષિતા ॥ ત્વમન્તરિક્ષે ચરસિ સૂર્યસ્ત્વં ય્વોતિષાં પતિ ॥ ૯ ॥ યદા ત્વમસિ

યર્ધસ્ત્યેમા પ્રાણ તે પ્રજાઃ ॥ માનંદરુપાસ્તિષ્ઠંતિ કામાયાત્રં મયિષ્યતાંતિ ॥ ૧૦ ॥ પ્રાત્યસ્ત્વં પ્રાણં કાપિરેષ્તા શિશ્વસ્વ સત્પતિ ॥ યયમાપસ્વ વાતારા પિતા ત્વં માતરિશ્વન ॥ ૧૧ ॥ યા તે તત્તુર્ધાસિ પ્રતિષ્ઠિતા યા ધોતે યા ચ વધુપિ ॥ યા ચ મનસિ સંતતા યિષાં તાં કુદ મોત્ક્રમી ॥ ૧૨ ॥ પ્રાણસ્તેદં વજ્રો સર્વે યિદિયે વાગ્ધિતિષ્ઠિતમ્ ॥ માતેષ પુત્રાન્ રક્ષસ્વ ધીમઃ પ્રજાં ચ વિધેદિ જ દતિ ॥ ૧૩ ॥ ( પ્રમ. ઉ. ૨ )

“આ પ્રાણ અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય, વરસાદ, હંદ, પૃથ્વી, રયિ વગેરે બધું જ છે. જે પ્રકારે રથમાં પિયની આરીઓ ભેગાંબેલી દોષ છે, તે પ્રકારે બધું જ પ્રાણમાં કેહિત થાય છે, ચંદ્ર, વાયુ, સામ, યજઃ, શ્વ અને યાન બધું જ પ્રાણના આધાર રહે છે. હે પ્રાણ! હું પ્રત્યપતિ છે અને હુંજ ગર્ભમાં જન્મ છે, બધી પ્રજાઓ તારા માટે જ બધી અર્પણ કરે છે, હું દેવોના શ્રેષ્ઠમાંથી અને પિતૃગણી સ્વર્ગમાં ધારણકરિત છે, અથવા-અગ્નિરક્ષાપિતૃણાં સત્, તપાચસ્તુ ખણ તારા જ પ્રસાદ છે. હું ઇન્દ્ર, રૂદ્ર, સૂર્ય છે. હુંજ તેજની તેજસ્વી યજ રહ્યો છે. જ્યારે હું વરસાદ વરસાવે છે ત્યારે બધી પ્રજા આનંદિત થાય છે, કારણ કે તેમને તે વરસાદથી પુષ્કળ અન્ન મળે છે. હુંજ પ્રાણ, એક જગત અને વરસાદથી પુષ્કળ અન્ન મળે છે. અમે દાતા છીએ અને હું અમારા બધાનો પિતા છે. જે તારું શરીર વાયા, મધુ, શ્રોત્ર, અમારા બધાનો પિતા છે. જે તારું શરીર વાયા, મધુ, શ્રોત્ર, અને અનર્થ છે તેને કલ્યાણરૂપ જનાવ અને અમારાથી દુર ન થાય. જે કંઈ કિલેકર્મ છે તે બધું પ્રાણને વક્ષ છે. પ્રાતા નેમ અમારું રક્ષણ કરો અને શીલા તેમજ મદા અમને આપો.”

આ દેવોએ બનાવેલું પ્રાણસકત જોવાથી પ્રાણનું મહત્ત્વ જાણનારો બની રહે છે. આ સકત કેટલીક દૃષ્ટિથી વિચાર કરવા જેવું છે. એમાં પહેલી વાત કહી છે કે મધુ, શ્રોત્ર વગેરે ઇન્દ્રિયો શરીરમાં તેમજ સૂર્ય, ચંદ્ર, વાયુ વગેરે જગતમાં દેવા છે અને તે બધા પ્રાણને વક્ષ છે. પ્રાણની કશિત તેઓની અંદર છે અને તેઓ દ્વારા કાપ કરી રહ્યા છે. જે પ્રકારે કશિત આંખમાં જઈ આંખોને જોવા સમર્થ બને છે, તે પ્રકારે સૂર્યની અંદર વિચાર્યાપક પ્રાણકશિત રહી મહાક પ્રસારી રહી છે. તેથી આંખની જોવાની અંધવા સૂર્યની મહાકશિત આંખવાની કશિત આંખ અંધવા સૂર્યની પોતાની



નથી, પણ તે પ્રાણની શક્તિ છે. તેજ પ્રકારે બીજી બધી ઇન્દ્રિયો અને દેવતાઓ વિષે જાણવું જોઈએ. દેવ શબ્દ જેમ શરીરમાં પ્રદિવવાચક છે તેમ વિશ્વમાં અગ્નિ, વાયુ, સૂરજ આદિ દેવતાઓનો વાયક પણ છે. વાયુએ આ દષ્ટિ ધારણ કરી અગ્નિ આદિ દેવતાઓના સૂક્તોનો વિચાર કરે.

ઉપરના સૂક્તમાં બીજી એક વાત છે કે, અગ્નિ, સૂર્ય, ઇન્દ્ર, વાયુ, પૃથ્વી, ઇન્દ્ર આદિ શબ્દો પ્રાણવાચક હોવાથી આ દેવતાઓના સૂક્તોમાં પણ પ્રાણવિદ્યા પ્રકાશિત થઈ છે. તેથી જોઈએ અગ્નિ આદિ સૂક્તોનો વિચાર કરી તે ઉકત સૂક્તમાં રહેલી પ્રાણવિદ્યાનો પણ વિચાર કરશે. એટલે અગ્નિ, સૂર્ય ઇન્દ્રાદિ દેવતાઓના નામોનો 'પ્રાણ' અર્થ સમજી તે સૂક્તોનો અર્થ કરવો. જો સૂક્ત સામાન્ય અર્થવાળું હોય તો તેનો અર્થ આ પ્રકારે થઈ શકે છે. જુઓ—

### પ્રાણરૂપ અગ્નિ

અગ્નિના રયિમદ્નવત્ પોપમેવ દિવે દિવે ॥ યશસ્ વીરજન્તમ્ ॥ ( ઋ. ૧૧/૧૩ )

“( અગ્નિના ) પ્રાણથી ( રયિ ) શોભા અને ( પોપ ) પુષ્ટિ ( દિવે દિવે ) દરોજ ( અજ્ઞવત ) પ્રાપ્ત થાય છે અને વીર્યુકત થઈ પણ મળે છે. ”

આ અત્યંત સ્પષ્ટ વાત છે કે પ્રાણ આલ્મી જરો તો શરીરની શોભા વધેરી નહિ અથવા શરીરની પુષ્ટિ થશે નહિ, પછી યશ મળે તો ક્યાંથી ? આ પ્રકારે ધણી વિચાર થઈ શકે છે. અહિં એટલું સ્થાન નથી તેથી અહીં કેવળ દિવ્યજન કહ્યું છે. વેદના ગૂઢ રહસ્યોનો આ પ્રકારે પતો લાગે છે. તેથી વાચકોએ વેદનો સ્વાધ્યાય પ્રતિદિન કર્યા કરવો. સ્વાધ્યાય કરવાથી કોષ ન કોષ સમયે વૈદિકદષ્ટિ પ્રાપ્ત થશે અને પછી કોષ કહીજીતા નહીં નહિ.

ઉપરના સૂક્તમાં ત્રીજી વાત એ છે કે અગ્નિ વગેરે શબ્દોના ગૂઢ અર્થથી પ્રાણવિદ્યાનું મહત્ત્વ તેમાં વર્ણન કર્યું છે. તેનું સ્પષ્ટીકરણ જુઓ—

(૧) દેવાનાં યદ્વિતમઃ અસિ- પ્રાણ “ છદિયોને ” સલાવનારો છે. ‘સૂરજ’ વગેરેને સલાવે છે, પ્રાણવાગ દ્વારા ‘વિદ્વાન’ ઉત્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.

(૨) પિતૃનાં પ્રથમા સ્વઘા અસિ- સંપૂર્ણ પાલક-શક્તિઓમાં બધાથી શ્રેષ્ઠ અને ( પ્રથમા ) પહેલા દરજ્જાની

પાલકશક્તિ પ્રાણ છે અને તેજ ( સ્વ-ઘા ) આત્મતત્ત્વની ધારણા કરે છે.

(૩) ઋષીનાં સત્યં ચરિતં અસિ- સાત ઋષિઓનું સત્ય ( ચરિતં ) યાજ્ઞચલન અથવા આચરણ પ્રાણ કરે છે. એ આખ, બે કાન, બે નાક અને એક મુખ આ સાત ઋષિઓ છે, એમ વેદોમાં અને ઉપનિષદોમાં કહ્યું છે.

(૪) અઘર્ષાગિરસાં ચરિતં અસિ- ( અઘર્ષા, અગિરસાં ) સ્થિર અંગોના રસોનું ( ચરિતં ) ચલન અથવા ભ્રમણ પ્રાણ જ કરે છે. પ્રાણના કારણે પેપકરસ બધા અંગોમાં ભ્રમણ કરે છે અને બધે પહોંચે છે અને સર્વત્ર પુષ્ટિ કરે છે.

આ પ્રકારનો ભાવ ઉપરના સૂક્તનાં વાક્યોમાં ગ્રમ રીતે છે. પ્રત્યેક શબ્દનો આશય જોવાથી તેનો પતો લાગશે. સાધારણ સૂચના આપવા માટે અહીં ઉપયોગી થનારો શબ્દાધાર નીચે આપ્યો છે— (૧) અગ્નિઃ= ગતિ આપનારો, ઉજ્જ્વિતા અને તેજ ઉત્પન્ન કરનારો. (૨) સૂર્યઃ= પ્રેરણા કરનારો, પ્રકાશ કરનારો. (૩) યજ્ઞઃ= ( યજ્ઞ-જન્મ ) પૃથ્વીનાં કરનારો. (૪) મધઘાનુ= મહત્ત્વથી મુક્ત. (૫) વાયુઃ= હલાવનારો અને અનિર્ણયે દૂર કરનારો. (૬) વૈદિકશક્તિઃ= વિસ્તૃત, આધાર આપનારો. (૭) રયિઃ= તેજ, સંપત્તિ, શરીરસંપત્તિ વગેરે. (૮) દેવઃ= કીર્તિ, વિભિન્નિધા, બ્યવહાર, તેજ, આનંદ, હર્ષ, નિદ્રા, ઉત્સાહ, સૂક્તિ વગેરે આપનારો; દિવ્ય. (૯) અ-મૃતઃ= અમરત્વથી મુક્ત. (૧૦) પ્રજ્ઞા-પતિઃ= યજ્ઞ વગેરે બધાં છદિયોનો પાલક, ગ્રમ ઉત્પન્ન કરનારો. (૧૧) યદ્વિતમઃ= અત્યંત પ્રેરક. (૧૨) હન્મઃ= એર્થર્થવાન, બેદન કરનારો. (૧૩) કદ્મઃ= ( કલ્પ-ર ) શબ્દોનો પ્રેરક, ( કલ્પ-ર ) દુઃખને દૂર કરનારો, આરોગ્ય આપનારો. (૧૪) વ્રાત્યઃ= ( વ્રત ) નિયમ અનુસાર આચરણ કરનારો. આ પ્રકારે શબ્દોના અર્થો જોવાથી જાણ થશે કે ઉપરના શબ્દો વડે પ્રાણની કષ્ટ શક્તિનું અને કેવું ઉત્તમ વર્ણન કરાયું છે. વૈદિકશબ્દોના ગૂઢ આશય જોવાથી વેદની ગંભીરતા બ્યક્ત થાય છે. વાચકોએ ઉપર કહ્યા મુજબ આ સૂક્તોનો વિચાર કરવો.

આ પ્રકારે પ્રાણની મુખ્યતા અને શ્રેષ્ઠતા છે અને તે પ્રાણ સર્વકરણો વડે પ્રાણીઓ સુધી પહોંચે છે. સૂર્ય કિરણોમાંથી વાયુમાં આવે છે. વાયુ સ્વાસની અંદર જાય

છે, તે સમયે મનુષ્યના કરીરમાં પડાયે છે. પ્રાણવાયુની વખતે આ પ્રકારે આ પ્રાણુનું મદત્ત ધ્યાનમાં લેવું જોઈએ.

પ્રાણુનો પ્રેરક

કેન ઉપનિષદમાં પ્રાણુના પ્રેરકનો વિચાર કર્યો છે. પ્રાણુના આધીન સંપૂર્ણ જગત છે, ઇર્તાપણ પ્રાણુને પ્રેરણા આપનાર પ્રાણુ છે ! જે પ્રકારે દિવાનના આધીન બધું શબ્દ્ય હોય છે. તે જ પ્રકારે પ્રાણુના આધીન બધા દીર્ઘયોનું શબ્દ્ય છે. પરંતુ શબ્દની પ્રેરણાથી દિવાન કામ કરે છે, તે પ્રકારે અહીં પ્રાણુનો પ્રેરક પ્રાણુ છે ! આ પ્રશ્નનું તાત્પર્ય છે.

કેન પ્રાણઃ પ્રથમઃ પૈતિ યુક્તઃ ॥ ( કેન ઉં ૧૧૨ )

‘કાનાથી નિયુક્ત થઈ પ્રાણુ આવે છે ?’ એટલે કે પ્રાણુની પ્રેરકશક્તિ કય છે ? તેના ઉત્તરમાં ઉપનિષદ કહે છે કે—

સ હ પ્રાણસ્વ પ્રાણઃ ॥ ( કેન ઉં ૧૧૨ )

‘તે આત્મા પ્રાણુનો પ્રાણુ છે.’ પ્રાણુનો પ્રેરક આત્મા છે. તેનું વધુ વર્ણન જુઓ—

યત્ પ્રાણેન ન પ્રણિવિ યેન પ્રાણઃ પ્રાણીયતે  
સદયે દ્રઘ સ્વં વિદિ નેદં યદિદમુપાસતે ॥

( કેન ઉં ૧૧૮ )

‘જેનું જીવન પ્રાણથી થતું નથી, પરંતુ જેથી પ્રાણનું જીવન થાય છે, તે ( પ્રાણ ) આત્મા છે, એવું તું જાણ. જેની ઉપાસના કરાય છે તે નહિ.’

એટલે આત્માની શક્તિથી પ્રાણુ પોતાનો બધો કારભાર ચલાવે છે, માટે પ્રાણુની પ્રેરકશક્તિ આત્મા છે. આ વિષે હશીપનિષદનો મંત્ર જોવા જેવા છે—

યોડસાવસી પુરુષઃ સોડહર્માસ ॥ ( હશ. ૧૧ )

યોડસાવાદિત્યે પુરુષઃ સોડસાવહમ્ ॥ (

( વા. ચણ. ૧૭ )

‘જે આ ( અસરી ) અસ એટલે પ્રાણુની અંદર રહેનારો પુરુષ છે તે હું છું.’ હું આત્મા છું, મારી ચીનરફ પ્રાણુ વિવેચન છે, અને હું તેનો પ્રેરક છું. મારી પ્રેરણાથી પ્રાણુ આવે છે અને ઇન્દ્રિયોની શક્તિઓને ઉત્તેજીત કરી રહી છે. આ પ્રકારે વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ અને પોતાના પ્રભાવનો ગૌરવ જોવા જોઈએ. તે વિષે જ્યોતૈય ઉપનિષદનું વર્ણન જુઓ—

નાસિકે નિરમિચેતાં નાસિકામ્યાં પ્રાણા પ્રાણાઃ  
દ્યાયુઃ ॥ ( એ. ઉ. ૩૧૧૪ )

વાયુઃ પ્રાણો મૃત્યા નાસિકે પ્રાવિશત્ ॥  
( એ. ઉ. ૧૧૧૪ )

“નાસિકાથી ઉદ્ભવિ પુલી મધું, નાસિકાથી પ્રાણુ અને પ્રાણુથી વાયુ થઈ જાયો.” એટલે પ્રાણુથી વાયુ થઈ જાયો. આત્માની પ્રમળ હૃદયશક્તિ દ્વારા કે હું સુષુપ્તો આસ્વાદ લઉં, આ હૃદયશક્તિથી નાસિકા રચાને બે છિદ્રો થયાં, તેજ નાસિકા બે બાજુમાં છે, નાસિકા બંનેમાં જ પ્રાણુ થયો અને પ્રાણુથી વાયુ થયો છે. આત્માની હૃદયશક્તિ કેટલી પ્રમળ છે તેની કદવના અહીં સ્પષ્ટ મળી શકે છે. આ પ્રકારે કરીરમાં ઉદ્ભવનારી શક્તિ જે કરીરની અંદર રહે છે તેજ આત્મા છે, તેને જ હૃદય પછી કહે છે કારણ કે આ આત્મા ( હૃદય-દ્ર ) કરીરમાં જેડ પાસાની શક્તિ રાખે છે. તેની પ્રમળ હૃદયશક્તિથી અહીં વિસંકેષ પડનાઓ અને છે, તેનો અનુભવ પોતાના કરીરમાં જોવા મળે છે. જે જોવા સમર્થ જીવતા છે તેજ પ્રાણુનો પ્રેરક છે. તેનો સેવક પ્રાણુ છે, આ પ્રાણુ વાયુનો પુત્ર છે કારણ કે ઉપરના મંત્રમાં કહ્યું છે કે “વાયુ પ્રાણુ બની નાસિકા અવેશી થયો.” તેથી વાયુનો આ પ્રાણુ પુત્ર છે. તેજ “મારતી” છે, મારતીનો અર્થ ‘મારત’ પ્રાણુ પુત્ર છે. તેજ “મારતી” છે, મારતીનો અર્થ ‘મારત’ એટલે વાયુનો પુત્ર. વિશ્વ આપનારો પવન વાયુ છે તેનો એક અંશ કરીરમાં અવતાર લે છે, તેથી તેને ‘પવનાત્મજ’ કહે છે. આજ હનુમાન, મારતી, રામ-કુમા છે. અવતારની મૂળ કદવના અહીં બ્યક્ત થઈ શકે છે. વિશ્વઆપક શક્તિઓ અનુભવરૂપે અંશરૂપિમાં એટલે આ ટેકમાં આવી કામ કરે છે. વાયુના પુત્રોની જે કદવના પેરાશ્વિક સાદિત્યમાં છે તે આજ છે. તેને ચીરંજીવ કહ્યો છે. તેનું કારણ આ સેવકમાં પડેલાં બતાવ્યું છે. પ્રાણુના અમરત સાથે એનું ચીરંજીવીત્વ પડેલાં બતાવ્યું છે. આ પ્રકારે આ હનુમાનજીનું સ્વપ્ન છે. તેનું સિદ્ધ થાય છે, આ પ્રકારે આ હનુમાનજીનું સ્વપ્ન છે. તેનું સંપૂર્ણ વર્ણન નીચે કોણ રચાને કરીશું. અહીં સંક્ષેપમાં સૂચના આપ લખી છે. એટલે હનુમાનજીના ઉપાસનાનું મૂળ પ્રાણુપાસના જ છે. તે ‘દશરથના રામ’ નો સહાયક છે, દસ દિવેશમાં આનંદરૂપ જે આત્મા છે તેનો. આ પ્રાણુ નિત્ય સહાયક છે. તેમજ ‘દશમુખીની શક્તિ’ ને જાળનારા છે, દસ દિવેશોની જે સુખ્યતઃ કોમલમાં પ્રગટિ હોય છે તેનું પ્રાણુપાસના અભ્યાસથી દદન થાય છે, વગેરે વિચારોથી

પૂર્વોક્ત કલ્પના અધિક રચણ થશે. વાચકોએ તેનો વિચાર કરવો. ઉપનિષદના પહેલાં વચનમાં 'પ્રાણુનો પ્રેરક આત્મા' કહ્યો છે, અને ઉપર કહેલા ઇતિહાસમાં 'વાયુપુત્રનો પ્રેરક દાશરથી રામ' કહ્યું છે. ખંતેનું તાત્પર્ય એકજ છે. સ્વ-વાચક વિચાર દ્વારા તેના મૂળ ભાવને જાણી શકે છે

ઉપર કહેલા ઇશ ઉપનિષદના વચનમાં 'ક્ષસૌ જહં' શબ્દ આગ્યા છે 'પ્રાણુની અંદર રહેનારો હું આત્મા' આજ ભાવ પૂરકદારપણના નીચે આપેલા વચનમાં છે—  
યઃ પ્રાણે તિષ્ઠન્પ્રાણાદંતરો યં પ્રાણો ન વેદ  
યસ્ય પ્રાણઃ શરીરં । યઃ પ્રાણમંતરા યમયતિ, યસ્ય  
તત્ત્વાત્મા અંતર્યામ્યમૃતઃ ॥ ( જૂ. ઉ. ૩. ૭૧૧૬ ) .

'જે પ્રાણુની અંદર રહે છે, પ્રાણુની અંદર રહેવાથી પણ જોને (પ્રાણઃ ન વેદ) પ્રાણુ જાણતો નથી, જેનું શરીર પ્રાણુ છે, જે અંદરથી (પ્રાણં યમયતિ) પ્રાણુનું નિયમન કરે છે, (યસ્ય) આ તારો અંતર્યામી આત્મા છે.'

પ્રાણુની અંદર રહેનારો અને પ્રાણુનું નિયમન કરનારો આ આત્મા છે. આ કથન મુજબ પ્રાણુનો આત્મા જોડે નિત્યનો સંબંધ છે તે વાત રચણ થાય છે. હું આત્મા છું, પ્રાણુ મારો અનુચર છે અને પ્રાણુના આધીન સંપૂર્ણ હિન્દીયો અને શરીર છે, આ અમારૂં વૈભવ અને સામ્રાજ્ય છે તેનો હું સાચો સમ્રાટ બનીશ અને વિજયી તેમજ યશસ્વી બનીશ, આ વૈદિક ધર્મની આદર્શ કલ્પના છે આ પ્રાણુનું વર્ણન ખીજી રીતે નીચે મુજબ થયું છે—

પ્રાણો વૈદં પ્રાણે હીમાનિ સર્વાણિ મૃતાનિ રમંતે ॥

( જૂ. પા.૧૨૧ )

પ્રાણો વા ઉક્ત્યં પ્રાણો હીવં સર્વમુત્થાપયતિ ॥ ૧ ॥  
પ્રાણો વૈ યજુઃપ્રાણે હીમાનિ સર્વાણિ મૃતાનિ યુજ્યન્તે ॥ ૨ ॥ પ્રાણો વૈ સામ પ્રાણે હીમાનિ સર્વાણિ મૃતાનિ સમ્યંચિ ॥ ૩ ॥ પ્રાણો વૈ ક્ષત્રં પ્રાણો હિ વૈ ક્ષત્રં ત્રાયતે ॥ ૪ ॥

( જૂ. ઉ. પા.૧૩ )

'પ્રાણુ 'ર' છે કારણ કે બધા જૂતો પ્રાણુમાં રમે છે. પ્રાણુ 'ઉક્ત્ય' છે કારણ કે પ્રાણુ બધાને ઉઠાવે છે. પ્રાણુ 'યજુ' છે કારણ પ્રાણુમાં બધા જૂતો સંયુક્ત થાય છે. પ્રાણુ 'સામ' છે કારણ કે બધા જૂતો પ્રાણુમાં સંપૂર્ણ રીતે રહે છે. પ્રાણુ 'ક્ષત્ર' છે કારણ કે પ્રાણુ જ શક્તિથી જોડેલે કૃષ્ટી બન્યાવે છે '

૫ [ અધર્મ. ૪ ]

આનો પ્રત્યેક મુખ્ય શબ્દ પ્રાણુની શક્તિનું વર્ણન કરી રહ્યો છે. 'સામ, યજુ' વગેરે શબ્દો અન્યત્ર વેદ વાચક હોય છે છતાં અહીં કેવળ મુણનાયક છે. આ શબ્દ પ્રયોગથી રચણ થશે કે વૈદિક સમયમાં શબ્દોનો વિશિષ્ટ રીતે ઉપયોગ થતો હતો, અને સામાન્ય રીતે પણ ઉપયોગ થતો. અહીં સામાન્ય રીતનો ઉપયોગ કરાયો છે. જ્યાં સામાન્ય રીતે પ્રયોગ કરાયો હોય ત્યાં તેના યૌગિક અર્થ કરવો જોઈએ અને જ્યાં વિશેષ રીતે પ્રયોગ થાય ત્યાં યૌગિકીનો અર્થ સમજવો જોઈએ આ પ્રકારે એક જ શબ્દના બે અર્થ થતા હોવાથી અર્થ નિષેધક ઠીક વ્યવસ્થા કરી શકાય છે વાચકોએ આ વ્યવસ્થા વેદમંત્રમાં જોવી આ વાત વેદનો અર્થ કરતી વેળા વિશેષ મહત્વની છે માટે અહીં લખી છે.

અંગોનો રસ

શરીરના અંગોમાં એક પ્રકારનો જીવનને આધારરૂપ રસ છે તેનું વર્ણન નીચેના મંત્રમાં છે—

આંગિરસોઽનાનાં હિ રસઃ પ્રાણો વા અંગાનાં રસઃ... । તસાઘસારકસ્માઘ્ચાંગાત્ પ્રાણ  
લક્ષ્મીમતિ સદૈવ લક્ષ્મીવ્યતિ ॥ ( જૂ. ૧.૧૩૧૬ )

'પ્રાણુ જ અંગોનો રસ છે, માટે જે અંગથી પ્રાણુ આરોગ્ય જાય છે, તે અંગ સુકાંઠ જાય છે.'

પ્રેક્ષામાં પણ આ વાત નજરે પડે છે. આ અંગ-રસનું મહત્વ છે. જીવાત્માની ઇચ્છાથી પ્રાણુ વડે આ રસ બધા શરીરમાં ફરી વળે છે અને પ્રત્યેક અંગમાં આરોગ્ય અને બળ વધારે છે પ્રમળ ઇચ્છાશક્તિ દ્વારા આરોગ્ય સંપાદન કરવાનો ઉપાય તેથી વિદિત થાય છે. ઇચ્છાશક્તિ અને પ્રાણુ એમનું બળ વધારવાથી ઉપર કહ્યા મુજબ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. આત્માની પ્રેરણા પ્રાણુમાં હોય છે પ્રાણુ જોડે મન સંલગ્ન હોય છે, મન વડે ઇચ્છા શક્તિનું નિયમન થાય છે. ઇચ્છાથી લોહી ઉપર પરિચામ થઇ તે વડે સંપૂર્ણ શરીરમાં છત કાર્ય થાય છે. જુઓ—

પુરુષસ્ય પ્રયતો વાદ્મનસિ સંપદતે મન પ્રાણે,  
પ્રાણસ્તેજસિ, તેજઃ પરસ્થાં દેવતાયામ્ ॥

( ઈ. ઉ. ૬.૧૮૧૬ )

પુરુષની વાણીમાં મન, મનમાં પ્રાણ, પ્રાણ તેજમાં, અને તેજ પરદેહતામાં સંલગ્ન થાય છે. આ પરંપરા છે. પરંપરાનું

તાત્પર્ય અહીં આત્મા છે. પ્રાણવિદ્યાની પરમ સિદ્ધિ આ પ્રકારે સિદ્ધ થાય છે.

પ્રાણ અને અન્ય શક્તિઓ

પ્રાણના આધિન અનેક શક્તિઓ છે, તેમને પ્રાણ સાથે સંબંધ નેના માટે નીચેના મંત્ર જુઓ—

પ્રાણો વાય સંવર્ણાઃ । સ યદા સ્થપિતિ પ્રાણમેય  
વાયવ્યેતિ, પ્રાણં વચ્ચુઃ, પ્રાણં શોચં, પ્રાણં મનઃ,  
પ્રાણો દોષતાન્ સંયુક્તે ॥ ૬ ॥ ( ઈ. ૫૩૩૭ )

“ ભૂતારે આ મુદ્ર જમ છે ત્યારે વાદ, ચતુ, શ્રોત્ર, મન વગેરે બધા પ્રાણમાં ભીન થઇ જાય છે કારણ કે તે બધાને પ્રાણ સંવારક છે, ”

જે પ્રમાણે યુરજ લગતી વેળા તેના કિરણો પ્રસરે છે અને આધમતી વેળા ફરી બંધર ભીન થાય છે, આ પ્રકારે પ્રાણરૂપી યુરજની જગૃતિના પ્રારંભે ઉદય થાય છે, તે વખતે તેના કિરણો દીપ્તિ પામેલા પ્રસરે છે અને નિદ્રાની વખતે ફરી તેમાં ભીન થાય છે. આ પ્રકારે પ્રાણનું યુરજ હોવું સિદ્ધ થાય છે, તેનું સાદરમ એક બાંધમાં છે. આ વાત જુલજી ભોધ્યે નહિ. યુરજની જેમ પ્રાણનો પણ કદિ અસ્ત થતો નથી પરંતુ અસ્ત અને ઉદય આ શબ્દ અમારી બુદ્ધિમાંથી તેમાં પ્રયુક્ત થઇ રહ્યા છે. આ વિષે નીચેનું વચન જુઓ—

પદ્ય ૭

સ યદા શક્તિઃ સૂત્રેણ પ્રયત્નો વિશે વિદ્યાં  
પતિત્વા, અમ્યપ્રાયતનમલચવા, વંધનમેષો-  
વદ્યવતઃ, પદ્યમેષ જાતુ, સોમ્ય, તમ્મનો વિદ્યાં  
વિદ્યાં પતિત્વાડમ્યપ્રાયતનં અલચવા, પ્રાણમેષો-  
વદ્યવતે, પ્રાણવંધનં હિ સોમ્ય મન. ॥

( ઈ. ઉ. ૧૮૧૨ )

‘ જે પ્રકારે પંતમ, દેરીથી બાધેલા અને દિશાઓમાં ફરતે, બીજા રથને આધાર ન મળવાના કારણે પોતાના મૂળ રથાન ઉપર જ આવી જાય છે, તે પ્રકારે નિશ્ચયથી, હે પ્રિયસિધ્ધ ! તે મન અનેક દિશાઓમાં ધ્રુવી બીજા રથને આધાર ન મળવાના કારણે પ્રાણનો આશ્રય કરે છે, કારણ કે હે પ્રિયસિધ્ધ ! મન પ્રાણ સાથે બાંધાયેલું છે. ”

આ પ્રકારે પ્રાણનો મન સાથે સંબંધ છે, આજ કારણ છે કે પ્રાણમાંથી પ્રાણ બળવાન થવાથી મન પણ બલિષ્ઠ

થાય છે, પ્રાણનો નિરોધ થવાથી મનનો સંયમ થાય છે. પ્રાણની ચંચલતાથી મન ચંચલ થાય છે અને પ્રાણની નિશ્ચલતાથી મન પણ નિશ્ચર હોય છે. બાધી પ્રાણમાંથી મદરત અને તેનો મનના સંયમ સાથેનો સંબંધ વિનિ થાય છે.

પ્રાણવડે મનનો સંયમ હોવાના કારણે બીજા દીપ્તિ પણ પ્રાણના નિરોધથી રવાણીન થાય છે, આ વાત ૨૫૪ છે. કારણ કે પ્રાણથી મનનો સંયમ અને મનવશ થવાથી બીજા દીપ્તિ પણ થતા રવાણાવિક છે, આ પ્રકારે પ્રાણમાંથી સંયુક્ત શક્તિઓ વશ થાય છે, આજ આવ નીચેના વચનમાં શુભ રીતે કહ્યો છે.—

વચુ, રદ્ય આદિત્ય,

પ્રાણા વાય વસવ, પતે હીર્વં સર્વં વાસવતિ ॥ ૧ ॥

પ્રાણા વાય રદ્યા પતે હીર્વં સર્વં રોદ્યન્તિ ॥ ૨ ॥

પ્રાણા વાયવદિત્યા પતે હીર્વં સર્વમાદ્યતે ॥ ૩ ॥

( ઈ. ઉ. ૪૧૧ )

“ પ્રાણ વસુ છે કારણ કે તે બધાને વશાવે છે. અથુ જ છે કારણ કે આત્મા જવાથી બધા રહે છે, પ્રાણ આદિત્ય છે કારણ કે તે બધાને સ્વીકારે છે. ”

આ રથને “ પ્રાણા વાય રદ્યા. પતે હીર્વં સર્વં રોદ્યન્તં પ્રાયન્તિ ” એટલે પ્રાણ રદ્ય છે. કારણ કે તે આ બધા દુઃખોને દૂર કરે છે. ‘ એવું વાક્ય હોત તો પ્રાણનું દુઃખ નિવારણનું કામ બાકત થઇ શકતે, પરંતુ ઉપનિષદમાં “ પતે હીર્વં સર્વં રોદ્યન્તિ ” એટલે પ્રાણ આત્મા જવાથી તે બધાને રાણે છે, એટલું પ્રાણીઓનું પ્રાણ ઉપર ગ્રેમ છે, એમ લખ્યું છે. શતપથાદિમાં પણ રૂદ્રનો શ્રાવન ધર્મ જ વળું જાય છે. પણ દુઃખનિવારક ધર્મ પણ તેમાં તેનાથી બધિક મળ્યો છે. તેનો વાચકોએ વિચાર કરવો. આ પ્રકારે પ્રાણનું મદરત હોવાથી જ કહ્યું છે કે—

‘ પ્રાણો દ્ય વિતા, પ્રાણો મતા, પ્રાણો ખાતા, પ્રાણઃ સ્વસા, પ્રાણ આચાર્ય, પ્રાણો પ્રાહ્ણઃ ॥

( ઈ. ઉ. ૭૧૫૧ )

“ પ્રાણ જ માતા, પિતા, વપ્ર, બહેન, આચાર્ય, પ્રાહ્ણ વગેરે છે. ” આ શબ્દો પ્રાણનું મદરત મતાવી રહ્યા છે. ( ૧ ) માતા-પિતા-આનંદિત કરનારા; ( ૨ ) પિતા પાલક, સંરક્ષક; ( ૩ ) જ્ઞાતા-અરજી પોષણ કરનારી,

(૪) સ્વસ્તા (સુ-સ્વા) - ઉત્તમ પ્રકારે રાખનારો;  
(૫) વ્યાચાર્ય - આત્મિક ગ્રંથ છે, કારણ કે પ્રાણના  
આયામથી આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે માટે, (૬) બ્રાહ્મણ -  
- આ ધર્મની પાસે લઇ જનારો છે.

આ શબ્દોનો મૂલભાવ અહીં પ્રાણના ગુણ બતાવે છે. આ  
પ્રાણનું વર્ણન છે, એટલું પ્રાણનું મહત્ત્વ છે. માટે પોતાના  
પ્રાણ વિષયમાં કોઇએ ઉદાસીન રહેવું નહિ. જ્યાં લોક સ્વર્ગ  
પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા કરે છે સ્વર્ગ પ્રાણ છે. જુઓ—

પ્રણ લોક

વાગેવાયંલોકઃ મનોઅન્તરિક્ષલોકઃ પ્રાણોઽસૌ  
લોકઃ ॥ (બૃ. ૧.૫૫૪)

'આ વાણી પૃથ્વીલોક છે, મન અન્તરિક્ષલોક છે અને  
પ્રાણ સ્વર્ગલોક છે.'

માટે પ્રાણાયામના અભ્યાસથી સ્વર્ગલોકની પ્રાપ્તિ થાય  
છે. દૃષ્ટો, પ્રાણની કેટલી શ્રેષ્ઠતા છે ! આ પ્રકારે ઉપનિષદો-  
માં પ્રાણવિદ્યા છે. વિસ્તાર કરવાની કંઈ જરૂરી નથી.  
સંક્ષેપમાં આવશ્યક વાતોનો ઉલ્લેખ અહીં કર્યો છે, જેથી

ઉપનિષદોની પ્રાણવિદ્યાનું જ્ઞાન થઇ શકે. જે વાચક એની  
તરફ વધારે ઊંડી નજર કરવા ચાહતા હોય તેમણે પોતે  
ઉપનિષદોમાં જોવું. પ્રાણવિદ્યાનો આ પ્રકારે વાચકોએ  
અભ્યાસ કરવો.

પ્રાણાયામથી ધર્મ પ્રકારની શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે એમ  
પ્રાણના વિવિધ શાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે. પ્રાણાયામનો અભ્યાસ  
ક્યાં વગર તે શક્તિઓ પ્રાપ્ત થવી અસંભવનીય છે, અભ્યાસ  
વગર ઉન્નતિની પ્રાપ્તિ સર્વથા અશક્ય છે. પ્રાણાયામનો  
અભ્યાસ કરવા માટે પ્રાણની શક્તિની કલ્પના પ્રથમ થવી  
આવશ્યક છે. તે કાંઈ સિદ્ધ થવા માટે આ લેખનો ઉપયોગ  
થઇ શકે છે. આ સૂક્તને સારા પ્રકારે વાંચવાથી અને પછી  
મનન કરવાથી પોતાની પ્રાણશક્તિનું આકલન કરવું જોઇએ.  
પોતાના પ્રાણનું આ સ્વરૂપ છે, તેનું આ મહત્ત્વ છે અને તેની  
ઉપાસનાથી આ પ્રકારે લાભ થઇ શકે છે, વગેરે વિષયની  
ઉત્તમ કલ્પના આ સૂક્તના અભ્યાસથી મળે છે. એટલી  
કલ્પના દહ થયા પછી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવાથી મોટો  
લાભ થાય છે.

## દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય

કાંડ ૮, સૂક્ત ૧

(જાણિ- મઘા । દેવતા- બાસુ : )

અન્તકાય મૃત્યવે નમઃ પ્રાણા અપાના હૃદ તે રમન્તામ્ ।

હૃદાયમસ્તુ પુરુષઃ સુહાસુના સૂર્યસ્ય માગે અમૃતસ્ય લોકે

ઉર્દેન મર્ગો અગ્રમૌર્દુર્દેન સોમો અંશુમાન્ । ઉર્દેન મૂર્ત્યો દૈવા ઉર્દિન્દ્રાગ્રી સ્વસ્ત્યે

॥ ૧ ॥

॥ ૨ ॥

અર્થ— ( મૃત્યવે અન્તકાય નમઃ ) મૃત્યુરૂપે બધાનો અંત કરનારા પરમાત્માને નમસ્કાર હો ! હે પ્રાણ !  
( તે પ્રાણાઃ અપાનાઃ હૃદ રમન્તામ્ ) તારા પ્રાણ અને અપાન અહીં આ શરીરમાં આનંદથી રહે. ( અયં પુરુષઃ  
હૃદાયમસ્તુ ) આ પ્રાણ પ્રાણની સાથે ( હૃદ અમૃતસ્ય લોકે સૂર્યસ્ય માગે અસ્તુ ) આ અમૃતના સ્થાનરૂપી  
સૂર્યના પ્રકાશના ભાગમાં રહે. [ ૧ ]

( માગઃ પનં ઉત્ અગ્રમીત્ ) ભગદેવે આ મનુષ્યને ઉચ્ચ સ્થાન ઉપર રાખ્યો છે, ( અંશુમાન્ સોમ । પનં  
ઉત્ ) તેજસ્વી સોમે એને ઉદાગ્યો છે, ( મૂર્ત્યઃ દેવાઃ પનં ઉત્ ) મરત દેવોએ એને ઉચ્ચ બનાવ્યો છે, ( હિન્દ્ર-  
અગ્રી સ્વસ્ત્યે ઉત્ ) ધંદ્ર અને આગ્રિએ એના કલ્યાણ માટે એને ઉચ્ચ બનાવ્યો છે. [ ૨ ]

ભાવાર્થ— સંપૂર્ણ જગતનો નાશ કરનારા એક હથેરને અમે પ્રણામ કરીએ છીએ મનુષ્યના પ્રાણ આ શરીરમાં દીર્ઘ-  
કાલ સુધી રહે મનુષ્ય દીર્ઘજીવન સાથે અમૃતમય સુર્ય પ્રકાશમાં યથેચ્છ હરતા ફરતા રહે ( ૧ )

ભગ આદિ બધા દેવો એની ઉન્નતિ કરવામાં મદદ આપે. ( ૨ )

इह तेऽसुरिह प्राण इहायुतिह ते मनः ।

उत्त्वा निरिक्त्याः पाशेभ्यो दैव्या वाचा भ्रमामसि

॥ ३ ॥

उत्क्रामातः पुरुष मार्ग पत्या मृत्योः, पश्चादमत्रमुश्चमानः ।

मा चिह्नित्वा असाद्योकादग्नेः सूर्यस्य संदृष्टः

॥ ४ ॥

तुभ्यं वार्तः पवतां માતરિશ્વા તુમ્યં વર્ષન્ત્વમૃતાન્યર્પઃ ।

સૂર્યસ્તે તન્વેકે શં તર્પાતિ ત્વાં મૃત્યુર્દયતાં મા પ્રમેષ્ટાઃ

॥ ૫ ॥

હુદ્યાનં તે પુરુષ નાચ્યાનં જીવાતું તે દર્શતાતિ કૃણોમિ ।

આ હિ રોહેમમૃતં સુખં રયમય જિર્ણિર્વિદ્યમા વદાસિ

॥ ૬ ॥

મા તે મનુસ્તર્પ માન્મા તિરો મૂન્મા જીવેમ્યઃ પ્ર મદો માતું માઃ પિતૃન્ ।

વિશ્વે દેવા અમિ રક્ષન્તુ સ્વેહ

॥ ૭ ॥

અર્થ— ( इह ते असुरिह ) અહીં તારે જીવન, ( इह प्राणाः, इह व्याधुः ) અહીં પ્રાણ, અહીં તારે જીવન, અને ( इह ते मनः ) અહીં તારે મન રિયર રહે. ( दैव्या वाचा निरिक्त्याः पाशेभ्यो ) દિવ્યવાણી વડે અધિગતીના સકળપ્રાણી ( त्या उत् क्रामासि ) તને ઉપર ઉઠાવોએ છીએ. [ ૩ ]

હે ( પુરુષ ) મનુષ્ય ! ( अतः उत् क्राम ) અહીંથી ઉપર ચડ, ( मा अवपत्याः ) નીચે પડતો નહિ. ( मृत्योः पश्चादां अममुश्चमानः ) મૃત્યુના પંખામાંથી પોતે પોતાને ઊડાવી ( अस्मात् लोकात् ) આ લોકથી તેમજ ( अग्नेः सूर्यस्य संदृष्टः ) અગ્નિ અને સૂર્યના દર્શનથી પોતે પોતાને ( मा चिह्नित्वा ) દૂર રાખતો નહિ. [ ૪ ]

( मातरिश्वा घातः तुभ्यं पयताम् ) અંતરિક્ષમાં રહેનારો વાયુ તારા માટે યુક્ત કરતો રહે. ( आपः तुभ्यं अमृतानि वर्षताम् ) પાણી તારા માટે અમૃતની ઝાંટ કરે. ( सूर्यः ते तन्वे शं तर्पाति ) સૂર્ય તારા શરીરના માટે સુખકારક તપે છે ( मृत्युः त्वां दयतां ) મૃત્યુ તારા ઉપર દયા કરે એટલે તું ( मा प्रमेष्टाः ) મરી જતો નહિ. [ ૫ ]

હે પુરુષ ! ( ते उत्-यानं ) તારી ગતિ ઉચ્ચતિ લાગી રહે. ( न अन्न-यानं ) તારી ગતિ અવનતિ તરફ ન થાય. માટે તું ( ते जीवातुं दशताति कृणोमि ) તને જીવન અને ભગ આપું છું. ( इमे अमृतं सुखं रयं अरोह ) આ અમૃતન આપનારા સુખકારક શરીરથી રય ઉપર ચડ, ( अय जिरिर्णः ) અને ન્યારે તું પરોડી ચક્રણ, ત્યારે ( विद्वयं आवक्षसि ) વિદ્વાનની ઉપદેશ સ્વીકર. [ ૬ ]

( ते मनः तस्य मा मातुः ) તારું મન તે નિષિદ્ધ રસ્તે ન ભળ અને ત્યાં ( मा तिरः भूत् ) કીન થાય નહિ. ( जीवेम्यः मा प्रमदः ) જીવે વિશ્વ પ્રમાદ કરતો નહિ. ( पितृन् मा अनुवागः ) પિતૃના પાછળ જતો નહિ એટલે મરી જતો નહિ. ( इह विम्वे देवाः दवा अमिरक्षन्तु ) અહીં અધા દેવ તારે રક્ષણ કરે [ ૭ ]

ભાષાણ— હે મનુષ્ય ! આ શરીરમાં તારા પ્રાણ, વ્યાધુષ્ય, મન અને જીવન રિયર રહે અનાસયારથી દુર્ગતિના પાસથી અમે બધા તને ઉપર ઉઠાવોએ છીએ ( ૩ )

હે મનુષ્ય ! તું ઉપર ચડ, નીચે ન પડ, મૃત્યુના પાસામાંથી પોતે પોતાને ઊડાવ. હીર્ણજીવન પ્રાપ્ત કર અને મનુષ્યલોકથી તેમજ આ સૂર્યના પ્રકાશથી પોતે પોતાને દૂર કરતો, નહિ ( ૪ )

વાયુ, પાણી અને સૂર્ય તારા માટે પવિત્રણ કરે અને તને શાંતિ અર્પણ કરે. મૃત્યુ તારા ઉપર દયા કરે એટલે તું હીર્ણજીવ પ્રાપ્ત કર અને જલદી મરી જતો નહિ ( ૫ )

હે મનુષ્ય તું ઉપર ચડ, કહિ નીચે પડી જતો નહિ. આ કાર્ય માટે તને જીવન અને ભગ આપું છે. તારે શરીર એક સુખ આપનારો ઉત્તમ રથ છે. તેના વડે અમરશબ્દ પ્રાપ્ત કરી રાકાય છે. તેમાં રહી ન્યારે માણસ હીર્ણજીવન પ્રાપ્ત કરે છે અને રક્ષ થાય છે ત્યારે તેને પુણ્ય અનુભવ પ્રાપ્ત હોવાના કારણે તે ખીલને ચોખ્ખ ઉપદેશ આપના માટે સમર્થ બને છે. ( ૬ )

તારે મન કમાઈ એટલે અવગ્રે રસ્તે ન ભળ અને કહાણ ભય તે ત્યાં તે રિયર ન થાય. ખીલ જીવે. વિશેષે તારે કર્તવ્ય છે. તેમાં તું મૂલ્ય કરતો નહિ. જલદી મરી પોતાના પિતૃના પાછળ જલદી જતો નહિ આ બધા દેવતાઓ તારે રક્ષણ કરે ( ૭ )

મા ગતાનામા દીર્ઘીયા યે નયન્તિ પરાવર્તમ્ ।

આ રોહ તમસો જ્યોતિરેક્ષા તે હસ્તૌ રમામહે

॥ ૮ ॥

અમમથ ત્વા મા શ્વલંશ્ચ પ્રેપિતૌ ચમસ્ય યૌ પંથિરક્ષી શ્વાનોૌ ।

અર્વાઙ્ગિ મા વિ દીર્ઘ્યો માત્રં તિષ્ઠઃ પરાહ્મનાઃ ।

॥ ૯ ॥

મૈતં પન્થામનું મા મીમ એપ યેન પૂર્વે નેયથ તં વ્રવીમિ ।

તમં એતત્પુરુષ મા પ્ર પંથ્યા મયં પરસ્તાદમયં તે અર્વાઙ્ક

॥ ૧૦ ॥

રક્ષન્તુ ત્વાદયો યે અપ્સ્વન્તા રક્ષન્તુ ત્વા મનુષ્યાકૃ યમિન્ધવે ।

ચૈશ્વાનરો રક્ષતુ જાતવેદા દિવ્યસ્ત્વા મા પ્ર ચાવિવૃદ્ધતાં સહ

॥ ૧૧ ॥

અર્થ— ( ગતાનાં મા આદિઘીયાઃ ) મરી ગયા પાછળ શોક કરતો નહિ, કારણ કે ( યે પરાવર્તં નયન્તિ ) તે તો ફરવા જાય છે. તેથી ( આ હિ ) અહીં આવ અને ( તમસઃ જ્યોતિઃ આરોહ ) અધારને ઊડી પ્રકાશમાં ચઢ, ( તે હસ્તૌ રમામહે ) તારા હાથોને અમે પકડીએ છીએ. [ ૮ ]

( અમમઃ ચ શ્વલઃ ચ ) કાળો અને સફેદ એટલે કે અંધકાર અને પ્રકાશવાળા ( શ્વા-નો ) કાલે ન રહેનારા દિવસ અને રાત ( ચમસ્ય પંથિરક્ષી પ્રેપિતૌ ) નિયામક દેવના બે માર્ગરક્ષક મોકલેલા છે. ( અર્વાઙ્ક પથિ ) અહીં આવ. ( મા વિદીધ્યઃ ) શોક કરતો નહિ. ( અન્ન પરાહ્મનાઃ મા તિષ્ઠ ) અહીં વિરૂદ્ધ દિશામાં મન રાખી રહેતો નહિ. [ ૯ ]

( એતં પન્થાં જનુ મા ગાઃ ) આ ખરાબ માર્ગનું અનુકરણ કરતો નહિ, ( મીમઃ એપઃ ) આ ભયંકર માર્ગ છે. ( યેન પૂર્વે ન રૂયથ ) જેથી પહેલાં જતાં નથી ( તં વ્રવીમિ ) તે વિષયમાં હું કહું છું. હે ( પુરુષ ) મનુષ્ય ! ( એતત્ તમઃ ) આ અધારોના માર્ગ છે, તે માર્ગમાં ( મા પ્ર પંથ્યાઃ ) જતો નહિ ( તે પરસ્તાત્ મય ) તારા મારે ખીજેથી ભય છે, ( અર્વાઙ્ક તે અમયં ) અને અહીં અભય છે. [ ૧૦ ]

( યે અપ્સુ અન્તઃ અગ્રયઃ ) પાણીમાં જે અગ્નિઓ છે, તે ( સ્વા રક્ષન્તુ ) તારૂં રક્ષણ કરે, ( યં મનુષ્યાઃ હન્ધવે ત્વા રક્ષન્તુ ) જેને મનુષ્ય પ્રદીપ્ત કરે છે તે અગ્નિ તારૂં રક્ષણ કરે, ( જાતવેદાઃ ચૈશ્વાનરાઃ રક્ષન્તુ ) જાતવેદ મધ્ય મનુષ્યોમાં રહેનારો અગ્નિ તારૂં રક્ષણ કરે. ( ચિવૃદ્ધતાં સહ દિવ્યઃ મા ધામ્ ) વિજળી સાથે રહેનારો દુષ્ટોકનો અગ્નિ તને ન બાળે. [ ૧૧ ]

ભાવકર્થ— મરી ગયેલાઓ વિષે શોક ન કરવો તેથી તો માણસ ફર ચાલ્યો જાય છે. અહીં કાર્યક્ષેત્રમાં આવ. અધાર ઊડી પ્રકાશમાં ડૂર આ કાર્ય માટે અમે તારો હાથ પકડીએ છીએ. ( ૮ )

ખ્યાતું નિયમન કરનારા ઇશ્વરના દિવસ ( પ્રકાશ ) અને રાત્રી ( અંધાર ) આ બે માર્ગરક્ષક છે. આ બંને અસાચિત છે, પણ તે તારા માર્ગનું રક્ષણ કરશે. તો તું આજળ થા શોકમાં સમય ગુમાવતો નહિ તેમજ વિરૂદ્ધ દિશામાં ચેતાતું મન કદાપિ જવા દેતો નહિ. ( ૯ )

આ ભયાનક, ધોર, ખરાબ માર્ગથી ન જા જે રસ્તે જવું થોડું નથી તે રસ્તે ન જવાના વિષયમાં હું તને આદેશ આપી રહ્યો છું. એટલે તું આ અધારોના માર્ગે કદાપિ જતો નહિ. તે રસ્તે જવામાં આજળ ભયંકર ભય છે, તેથી તું આ બાજુએ રહે, આ માર્ગે કદાપિ તું રહ્યો તો તારા માટે અહીં અભય રહેશે ( ૧૦ )

પાણીની ઉપજાતા, અગ્નિ, વિજળી, સૂર્ય તેમજ માનવી સમાજ એમાંથી કોઈ તરફથી તારૂં અકસ્માત ન થાય, તેઓથી તારૂં રક્ષણ થાય ( ૧૧ )

મા ત્વાં કૃત્યાદુભિ મૈસ્તાશ્સત્કૃત્સુકાચર ।

રક્ષતુ ત્વા ઘૌ રક્ષતુ પૃથિવીં સૂર્યશ્ચ ત્વા રક્ષતાં ચન્દ્રમાથ । અન્તરિક્ષં રક્ષતુ દેવરેત્યાઃ ॥ ૧૨ ॥

લોપથૈ ત્વા પ્રતીલોપથૈ રક્ષતામસ્ત્રમથૈ ત્વાનવદ્રાણથૈ રક્ષતામ્ ।

ગોપાયથૈ ત્વા જાગૃવિશ્વ રક્ષતામ્ ॥ ૧૩ ॥

તે ત્વા રક્ષન્તુ તે ત્વા ગોપાયન્તુ વેમ્પો નમસ્તેમ્પુઃ સ્વાહા

॥ ૧૪ ॥

જીવેમ્પસ્ત્વા સમુદ્રે વાયુરિન્દ્રો ધાતા દધાતુ સચિતા પ્રાર્યમાણઃ ।

મા ત્વાં પ્રાણો વલં હાસીદતું તેડનું હૃયામસિ ॥ ૧૫ ॥

મા ત્વાં જન્મઃ સંહનુર્મા તર્મા વિદુન્મા જિહ્વા ચર્દિઃ પ્રમયુઃ કૃપા સ્પ્યાઃ ।

ઉપવાંદિત્યા વસંયો મરન્તુર્દિન્દ્રાગ્રી સ્વસ્તયૈ ॥ ૧૬ ॥

અર્થ— ( કૃત્યાત્ ત્વા મા અભિ મૈસ્તા ) કાયા માંસ આનાશ તારો વધ ન કરે. ( સંકલ્પકાત્ આતાવ ચર ) નાથ કરનારાથી દૂર રહે. ( ઘૌઃ ત્વા રક્ષતુ ) ધુમૈક તારું રક્ષણ કરે, ( પૃથિવી રક્ષતુ ) પૃથ્વી રક્ષણ કરે, ( સૂર્યઃ ચ ચન્દ્રમાઃ ચ ત્વા રક્ષતાં ) સૂર્ય અને ચંદ્રમા તારું રક્ષણ કરે. ( અવરેત્યાઃ અન્તરિક્ષં રક્ષતુ ) રેડી આધાતથી અંતરિક્ષ તારું રક્ષણ કરે. [ ૧૨ ]

( લોપઃ ચ પ્રતીલોપઃ ચ ત્વા રક્ષતાં ) જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન તારું રક્ષણ કરે. ( અસ્ત્રવઃ ચ અનવદ્રાણઃ ચ ત્વા રક્ષતાં ) સુસ્તી ન થવી અને નાસી ન જવું એ તારું રક્ષણ કરે તથા ( ગોપાયન્તુ ચ જાગૃવિઃ ચ ત્વા રક્ષતાં ) રક્ષક અને જાગનારા તારું રક્ષણ કરે. [ ૧૩ ]

( તે ત્વા રક્ષન્તુ ) તે તારું રક્ષણ કરે. ( તે ત્વા ગોપાયન્તુ ) તે તારું પાલન કરે, ( તેમ્પો નમઃ ) તેમને નમસ્કાર દો. ( તેમ્પુઃ સ્વા-હા ) તેમના માટે આત્મ-સમર્પણ છે. [ ૧૪ ]

( પ્રાર્યમાણઃ ધાતાઃ સચિતા વાયુઃ હમ્પુઃ ) રક્ષક, પોષક, પ્રેરક, ઇતિ સાધક પ્રભુ ( જીવેમ્પઃ ત્વા સંહનુર્વે દધાતુ ) બધા પ્રાણીઓના માટે તેમજ તારા માટે પૃથ્વી ઉત્પત્તિ પારણ કરે. ( ત્વા પ્રાણઃ વલં મા હાસીત્ ) તારા માટે પ્રાણ બળ ન ઊઠે. ( તે સમુદ્રં અનુ હૃયામસિ ) તારા પ્રાણને અંગે અનુકૂળતા સાથે યોજાવીએ છીએ. [ ૧૫ ]

( જન્મઃ સંહનુર્મા ) ત્વા મા વિદવ્ ( વિનાશક અને ધાતક ) તને હરિ આપી ન કરે. ( તર્મા ત્વા મા ) અર્થમાં તારા ઉપર હરિ હયા ન કરે. ( જિહ્વા યા ) છબી એટલે અજાણ સંબોધ તારા જ્ઞાનમાં ન અથગ્ય ( ચર્દિઃ પ્રમયુઃ કૃપા સ્પ્યાઃ ) ઘું થયકર્તા છે તે ઘું ધાતક કેમ કરી પરી ? ( આદિત્યાઃ વસંથા હમ્પુ-યગ્રી ) આદિત્ય, વાયુ, છા અને અગ્નિ ( સ્વસ્તયે ) કલ્યાણ માટે ( ત્વા હત્ મરન્તુ ) તને ઉત્પતિ તરફ લઇ જાય. [ ૧૬ ]

વ્યાખ્યા— ધાતપાત કરનારા દુષ્ટાથી તારું રક્ષણ થાવ પૃથ્વી, અંતરિક્ષ, વૃ, ચંદ્ર અને સૂર્ય વગેરે બધા તારું રક્ષણ કરે, ( ૧૨ )

જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન, સુસ્તીમાં ન રહેવું અને વાગી ન જવું, રક્ષણ કરવું અને અમત રહેવું આ તારું રક્ષણ કરે. ( ૧૩ )  
તે તારું રક્ષણ અને પાલન કરે છે તેમને પ્રણામ કરવો અને તેમના માટે પાતાના તરફથી કંઈ અર્પણ કરવું થાય છે ( ૧૪ )

દેવો બધા ઇન્દ્રો અને તને ઉત્પતિ માર્ગમાં રાજે, તારી પાસે પ્રભુ અને બળ પૂર્ણ હોવાનું સુખી રહે. ( ૧૫ )  
કેઈ નારાક અને ધાતક તારી પાસે ન જઈએ, અજાણ અને અધર્મ તારી પાસે ન આવે અજાણ સંબોધ તને કેઈ ન સંબોધાને. ધ્યાનમાં રાખ કે જે વચ્ચે છે તેની પાસે નારા નથી આવતા અને સુરાર્દિ બધા દેવો તમારું કલ્યાણ કરી અને તારી ઉત્પતિ કરવામાં મદદરૂપ થશે ( ૧૬ )



ઉત્ત્વા ધૌરુત્પૃથિચ્યુત્પ્રજાર્પતિરગ્રમીત્ । ઉત્ત્વા મૃત્યોરોપધયઃ સોમરાઙ્ગીરપીપરન્ ॥ ૧૭ ॥  
અયં દેવાઃ દૃઢૈવાસ્ત્વયં મામુત્રં ગાદિતઃ । હમં સહસ્રવીર્યેણ મૃત્યોરુત્પારયામસિ ॥ ૧૮ ॥  
ઉત્ત્વા મૃત્યોરપીપરં સં ધમન્તુ વયોઘસઃ । મા ત્વાં વ્યસ્તકેશ્યોઙ્કે મા ત્વાંઘરુદોં રુદન્ ॥ ૧૯ ॥  
આહાર્ષમવિદં ત્વાં પુનરાગ્તાઃ પુનર્ણવઃ । સર્વીક્ષુ સર્વે તે ચક્ષુઃ સર્વમાયુશ્ચ તેઽવિદમ્ ॥ ૨૦ ॥  
વ્યજિત્તે જ્યોતિરમૃદપ્ત્વત્તમોં અક્રમીત્ । અપ્ત્વન્મૃત્યું નિર્કૃતિમપ્ત્વ યક્ષ્મં નિ દંધ્મસિ ॥ ૨૧ ॥

અર્થ— ( ધૌરુત્ ) ધુલોઃ ( પૃથિવી વત્ ) પૃથ્વી અને ( પ્રજાર્પતિઃ ત્વાં ઉત્ અગ્રમીત્ ) પ્રગ્નપાલક દેવ તને ઉપર ઉઠાવે. ( સોમરાઙ્ગીઃ ઓપઘયઃ ) સોમ જેમનો શાભ છે એવી ઔષધીઓ ( ત્વાં મૃત્યોઃ ઉત્ અપીપરન્ ) તને મૃત્યુથી ઉપર ઉઠાવે એટલે તારૂં રક્ષણ કરે. [ ૧૭ ]

હે ( દેવાઃ ) દેવો ! ( અયં હહ ઇય અસ્તુ ) આ બહોં આ લોકમાં જ રહે, ( અયં હતઃ અમુત્ર મા ગાત્ ) આ બહોંથી ત્યાં પરલોકમાં ન જાય. ( સહસ્રવીર્યેણ હમં મૃત્યોઃ ઉત્ પારયામસિ ) હજારો બળથી યુક્ત ઉપાયોથી આ મૃત્યુનું મૃત્યુથી અમે રક્ષણ કરીએ છીએ. [ ૧૮ ]

( મૃત્યોઃ ત્વાં ઉત્ અપીપરં ) મૃત્યુથી તને અમે પાર કરીએ છીએ. ( વયોઘસઃ સં ધમન્તુ ) અજ અથવા જીવન ધારણ કરનારા દેવો તને પુષ્ટ કરે. ( વ્યસ્તકેશ્યઃ અઘ-રઘઃ ) વાળ છુટા કરી પોંક મુખી રોનારી બીઓ ( મા ત્વાં રુદન્, મા ત્વાં ) તારા માટે ન રહે એટલે તારા મરણના કારણે તેમની ઉપર રડવાનો પ્રસંગ ન આવે. [ ૧૯ ]

( ત્વાં આહાર્ષ ) મેં તને આપ્યો છે. ( ત્વાં અવિદં ) તને ફરી પ્રાપ્ત કર્યો છે, ( પુનઃ ત્વાં પુનઃ આગાઃ ) ફરી નવો યજ્ઞ ફરી આપ્યો છે. હે ( સર્વીક્ષુ ) સંપૂર્ણ અંગોવાળા મનુષ્ય ! ( તે સર્વે ચક્ષુઃ ) તારી પૂર્ણ દષ્ટિ અને ( તે સર્વે માયુઃ ચ ) તારૂં પૂર્ણ જીવન તારા માટે ( અવિદં ) પ્રાપ્ત કરાવ્યું છે. [ ૨૦ ]

હવે ( ત્વાં તમઃ વ્યવ્યાત્ ) તારી પાસેથી અપાર્ણ આવી ગયું છે, ( અપ અક્રમીત્ ) તારાથી દૂર ચાલી ગયું છે, ( તે જ્યોતિઃ અમૃત્ ) તારો પ્રકાશ પ્રસરી ગયો છે. ( ત્વત્ નિર્કૃતિ મૃત્યું અપ નિ દંધ્મસિ ) તારી પાસેથી ખરાબ હાલત અને મૃત્યુને અમે દૂર કરીએ છીએ. તેમજ તારાથી ( યક્ષ્મં અપ નિદંધ્મસિ ) રોગને અમે દૂર કરીએ છીએ. [ ૨૧ ]

આવાર્ષ— પ્રભનો પાલક દેવ ધુલોઃથી પૃથ્વી સુધીની ઔષધીઓ વગેરે બધા પદાર્થ મૃત્યુથી તારૂં રક્ષણ કરે. ( ૧૭ )

હે દેવો ! આ મનુષ્યને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય, તેની પાસેથી મૃત્યુ દૂર થાય, હજારો પ્રકારના બળોથી યુક્ત ઔષધીઓની સહાયતાથી તેના મૃત્યુને અમે દૂર કર્યો છું ( ૧૮ )

હવે આ મનુષ્યની પાર થઈ ગઈ છે જીવન આપનારા તેના માટે જીવન આપે. હવે બીઓ અથવા પુરુષ તેના માટે જ રહે કારણ કે આ જીવન થયો છે. ( ૧૯ )

રોગી અવસ્થામાંથી મેં તને આરોગ્યવસ્થામાં આપ્યો છે. એટલે તને નવીન એવે બનાવ્યો છે. તારા સર્વ અવધવા પૂર્ણ થયા છે, તારા ચક્ષુ વગેરે છદિયો અને તારૂં જીવન તને પ્રાપ્ત થઈ ગયું છે તેથી હવે હું દીર્ઘજીવ સુધી જીવિત રહીશ ( ૨૦ )

અપાર્ણ તારી પાસેથી નાસી ગયું છે અને તારો પ્રકાશ ચારે તરફ પસર્યો છે. દુર્જાતિ અને મૃત્યુ દૂર થઈ ગયા છે અને રોગ દૂર નાસી ગયા છે આ પ્રકારે હું નિરોગી અને દીર્ઘજીવ બની ગયો છે. ( ૨૧ )

યસ્તુ વિજ્ઞાનવાન્મયતિ સમનસ્કાઃ સદા શુચિઃ ।

સ તુ તત્પદમાપ્નોતિ યસ્માદ્વ્યો ન જાયતે ॥ ૮ ॥

વિજ્ઞાનસારધિર્યસ્તુ મનઃ પ્રમદ્ધવાજ્ઞરઃ ।

સોઽધ્વનઃ પારમાર્થોતિ તદ્વિષ્ણોઃ પરમં પદમ્ ॥ ૯ ॥

( ૪૬ ઉ. ૩ )

‘ આત્મા રથનો રવામી છે, શરીર તેનો રથ છે, શુદ્ધિ તેના સારથી અને મન લગામ છે. ઇદ્રિય ધોણો આ રથને જોડ્યા છે, જે વિષયોના ક્ષેત્રમાં ફરેફરે છે. આત્મા, ઇદ્રિયો અને મનથી યુક્ત થવાથી તેને ભોક્તા કહે છે. જે વિજ્ઞાનથી હીન અને સંયમરહિત મનથી યુક્ત છે, તેની કાણુમાં ઇદ્રિય-રૂપી ધોણ રહેતા નથી. એટલે તેઓ રથના રવામીને મનમાં આવે તેવી રીતે ફેંકી દે છે. પણ જે વિજ્ઞાનવાન અને મનને સંયમ કરનારો હોય છે, તેની કાણુમાં તેની બધી ઇદ્રિયો રહે છે. જે વિજ્ઞાનરહિત, અસંયમી મનવાળો અને હંમેશા અપવિત્ર હોય છે, તે તે રથાનને પ્રાપ્ત થતો નથી અને ફરી ફરી સંયતિમાં પડે છે. પરંતુ જે વિજ્ઞાની, સંયમી અને પવિત્ર હોય છે, તે તે રથાનને પ્રાપ્ત કરે છે, ભાષી વારે ધડી પાછું આવવું પડતું નથી. જેના સારથી વિજ્ઞાન છે અને મન રૂપે લગામની દોરીઓ જેની કાણુમાં છે, તેજ માગના ઉવટ સુધી જાય છે, તેજ આપકેવનું પરમરથાન છે. ’

આમાં રથનું ઉત્તમ વર્ણન છે, એના ધોણ, સારથી, સારા ફેળવાએલા ધોણ, ન ફેળવાએલા ધોણ, તેના જવાનો રસ્તો, કાણુ ત્યાં જાય છે અને કાણુ ત્યાં પહેંચી શકતું નથી આ બધું વર્ણન આ રથાને છે. તેના વિચાર કરવાથી વાચક આ શરીરરૂપી રથની ચોખ્ખતા જાણી શકે છે. આ રથ અમૃતની પ્રાપ્તિ કરનારો છે, તેથી તેને લાંબા સમય સુધી સુરક્ષિત રાખવો જોઈએ અને તેને નિરોગી, સ્વાસ્થ્યપૂર્ણ, આરોગ્યયુક્ત રાખવો જોઈએ રોગી અને અસ્વાસ્થ્ય હોવાથી આ રથ નકામો થશે અને મનુષ્ય પોતાનું ધૈર્ય હાંસલ કરી શકશે નહિ. મનુષ્યે આ રથમાં બેસવું, લગામ પોતાની કાણુમાં રાખવી અને જાનવિજ્ઞાન વડે ચોખ્ખું રસ્તે જઈ એટલે સંયમથી વ્યવહાર કરવો અને પોતાની ઉત્તિનો માર્ગ આક્રમણ કરવો. એવો ભાવ આ સૂક્ત દ્વારા સચિત કર્યો છે—

( હે ) પુરુષ અતઃ. ઉત્ક્રામ । મા અવપત્યાઃ ॥ ( મં. ૪ )

( હે પુરુષ ) તે ઉત્ત-યાનં । ન અવયાનમ્ ॥ ( મં. ૬ )

૬ [ અધર્વ. ૪ ]

‘ હે મનુષ્ય ! તું અહીંથી ઉપર ચડ, નીચે પડતો નહિ.

હે મનુષ્ય ! તારી ગતિ ઉચ્ચ હો, નીચેની તરફ ન હો. ’ મનુષ્ય-ને જાા રહે એટલા માટે પ્રાપ્ત થયો છે કે તે ઉપર ચડે અને કદિ નીચે ન પડે. પણ અથા યાત્રુ તેના પોતાના આધીન છે. જે તે ચાહે તો ઉડી શકે છે અને જે તે ધારે તો તેની અવનતિ પણ થઈ શકે છે. આ ભાવ અન્ય શબ્દોમાં આજ સૂક્તમાં કહ્યો છે—

જ્યોતિની પ્રાપ્તિ

આ રહિ । તમસઃ જ્યોતિઃ આરોહ । તે દસ્તી રમામહે ॥ ( મં. ૮ )

‘ હે મનુષ્ય ! આ રસ્તે આવ, અંધારાનો રસ્તો છોડ અને પ્રકાશના રસ્તે ઉપર ચડ જે તને આસરો જોઈએ તો હું તારો હાથ પકડી મદદ આપવા તૈયાર છું. ’ મદ્ધાપ્રરૂપ, સાધુ, સન્ત, મહાત્મા, યોગી, ઋષિ ઉત્તિના રસ્તે મદદ આપવા હંમેશ માટે તૈયાર હોય છે. તેમની મદદ લેવા મનુષ્યની તૈયારી જોઈએ જે નિશ્ચયી ઉત્તિના રસ્તે ઉપર ઉઠવા ઇચ્છે છે તેને મદદ મળતી રહે છે. ન માગતાં પણ એજ પુરુષો ઉત્તિ સાધવા ઇચ્છનારાઓને હંમેશાં મદદ કરે છે, તે વિષે આગળ જુઓ—

અર્વાદ્ય પદિ । અગ્ર પરાહ્મનાઃ મા તિષ્ઠ । ( મં. ૯ )

‘ આમ આવ, અહીં વિરૂદ્ધ વિચાર મનમાં રાખી રહેતો નહિ. ’ અહીં ધર્મમાર્ગ ઉપર આવવાનો આદેશ છે, તેથી પણ વધારે મહત્વનો ઉપદેશ અહીં આપ્યો છે તે ‘ પરાહ્મનાઃ મા તિષ્ઠ ’ આ છે. તેમાં ‘ પરાહ્મનાઃ ( પર+અજ્ઞાનમનાઃ ) આ શબ્દ દરેક વિશેષ રીતે ધ્યાનમાં રાખવો જોઈએ. તેનો અર્થ ( પર ) શત્રુના ( અજ્ઞ ) અનુકૂળતામાં જેનું મન થયું છે, છત્રુ તરફ જેનું મન ઝુકી રહ્યું છે, જે મનથી શત્રુનું હિત ચાહે છે અથવા જે શત્રુને અનુકૂલ થઈ કેવળ પોતાનો વ્યક્તિગત લાભ કરવા ચાહે છે અને પોતાની જાતીનું અહિત થાય છે કે નહિ તે પણ જ્ઞેતો નથી, આ પ્રકારનો હીન વિચારવાળો મનુષ્ય દોષજે ન બનવું. તે તો શત્રુ કરતા પણ વધારે હાતક છે, તેથી કહ્યું છે કે ( પરાહ્મનાઃ અગ્ર મા તિષ્ઠ ) અહીં વિરોધીઓના આધીન પોતાનું મન રાખી ન રહે, એટલે સ્વર્ધર્મેને અનુકૂલ થઈ જ અહીં રહે રાષ્ટ્રીય અને જાતીય દૃષ્ટિથી આનો લાભ અત્યંત વિચારવા લાયક છે.

ને આ પ્રકારના રીતરિવાજો લોક દોષ છે, ને પોતાના સ્વાર્થ' ખાતર સમાજ અને રાષ્ટ્રનો હાન કરવાના કારણે યાજ હર છે તે દીર્ઘજીવી થતા નથી. તેથી કોઇ પણ માણસે એવી સ્વાર્થોચ્ચિતિ રાખવી નહિ હંમેશા વીરવૃત્તિવાળા મનુષ્ય બનવું. ને પોતાનું' અને સમાજનું' દિત સાધ્ય કરે છે.

### શોકથી આયુષ્ય નાશ

શોક કરવો તે પણ જીવનનો યાત કરે છે, કેટલાક માણસો મરી ગયેલાના નામની યાદ કરી શોક કરવામાં આવેા રિવસ પસાર કરે છે, તેથી તેમની અહીં અવનતિ તો યાજ જ છે, પણ સાથે સાથે આયુ પણ દીર્ઘ થાય છે; તેથી આ સ્થિતિમાં સચન કર્યું છે—

ગતાનાં માં અવિધીયામ । એ વરાણતં જયન્તિ ( મં. ૮ )

' મુજરી ગયેલાઓની યાદ કરી શોક કરતા નહિ, કારણ કે આ શોક દર મુધી ઊઠી અવનતિને પહેંચાડે છે. ' શોક કરવાથી આયુષ્ય મન પતિત થાય છે, જેના વિષે શોક કરાય છે તે તો મરેલો હોય છે, એટલે તેને તો કોઇ પ્રકારનો સામ યજ સહતો નથી. પણ ને જીવિત હોય છે તેનો સમય અધિક જાય છે, તે સિવાય મન ઉઠાસ પણ થાય છે. તેને વિચાર કરવાથી ઐકાગ્રતા ધમ' કરવાની ક્ષમિત ધમી થાય છે, આ પ્રકારે હમેશ માટે શોકમાં કુખી રહેલો પ્રરથ આ લોકમાં તેમજ પરલોકમાં નાશી થાય છે.

વૃદ્ધ અને વડવા જેવા કોઇ મુજરી જવાથી શોક કરવો ઠીક નથી પણ જ્યારે નવજવાન મરી જાય છે ત્યારે પણ શોક કરવો યોગ્ય છે કે નહિ એજ કોઇ કંઈ ઉદયથી તે વિષે વેદનું કહેવું આવે છે—

દ્યવત્કોદયઃ મધ્યદયઃ સ્વા મા દ્યવ્ન્ ( મં. ૧૦ )

' વાળ (વિજેરી નાંખી, મધ્ય' ઉઘાડું' કરી, જાતી ફટી ખસાય પ્રકારે પોક મુકનારા લોકોએ પણ ન રહવું ' કારણ મરનારા પાછળ રડવાથી અથવા જાતી ફટવાથી કંઈ લાજ થતો નથી. બીજી વાત એ કે આ વેદના ઉપદેશ મુજબ આચરણ કરવાથી માણસ દીર્ઘાયુ થાય, એટલે તેના પાછળ રડના કુટવાનું કોઇ કારણ રહેતી નહિ, કારણ કે ખરેખર દીર્ઘ' જીવન પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપદેશ આ રચાને લખી છે અને તે માટે એક ઉપાય આ છે કે ' મન શોકમુક ન કરવું' તેથી ને માણસ દીર્ઘાયુ બનવા છએ છે, તેમજ તો પોતાનું' મન

કદિ શોકમુક થવા દેવું નહિ. આ ઉપદેશ સામાન્ય માણસો માટે પણ વલો જોડાય છે, કેટલાક પ્રતિષ્ઠા અને જાતીઓ- માં મર્મ પછી પોક મુકવાની, જાતી કુટી રડવાની પ્રથા છે, કેટલાક દેશોમાં તો પૈસા આવી રોકાકુટવા ખોલાવવામાં આવે છે, તેમનો ધધી જ રડવાનો દોષ છે. આ બધી અવનતિકારક પ્રથા છે. તે કુટીર એકદમ બંધ કરી ભેજીએ. આ પદ્ધતિથી સંપૂર્ણ જાતીનું' નુકસાન થાય છે, જીવન મટે છે,

### દિ'સંક્રોથી બચવું

કુદટ માણસના સહેલાઈમાં રહેવાથી પણ જીવન ઓછુ થાય છે. કુદટ મનુષ્ય અને કુદટ પ્રાણી માતપાત કરવાને સંજન દોષ છે. તેથી તેમનાથી દૂર રહેવાની આજ્ઞા અહીં આપી છે—

જ્યાત્ સ્વા મા અમિમંસત ।

સંકુસુકાલ્ ચારાલ્ ચરઃ ( મં. ૧૨ )

અમ્મા સંહતુઃ સ્વા મા વિદ્ઃ । ( મં. ૧૧ )

' કાચું' માંસ ખાનારા પ્રાણી અથવા મનુષ્ય તારી કિંસા ન કરે. ને માતપાત કરનારો છે તેનાથી દૂર થા અને ને દિ'સાક્ષી છે તે નને ન બચે ' એવું તાર્પય' એમ છે કે દિ'સાક્ષી પ્રાણીઓના આધાતથી કોઈનો અપમન્ય ન દિ'સાક્ષી પ્રાણીઓના આધાતથી કોઈનો અપમન્ય ન થાય. વીરરિતિથી મુક લેરેમાં ને મુક થાય છે, તેનો અહીં વિરેધ નથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરનારા માણસો ધર્મ- મુકમાં ન જતાં ધરમાં છુપાઇ રહી મુકધી બચી રહે એજ ઉપરના કથનનો આશય નથી, તે મુકુ તો અમરત્વ પ્રાપ્ત કરનારો છે. અહીં જેમનાથી બચી રહેવાનો ઉપદેશ છે તે, કિંસક બનવરો લડે થનારો મુક સિંક, વાઘ, સાપ પ્રવાદિ માણે અથવા એવા જ જીવોના કારણે ને અપમન્ય થાય છે તેમનાથી બચવાનો અને કુચ'મનિથી બચવાનો ઉપદેશ અહીં કૌં છે. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા ને છપ્પતા કરી તેમજ આ આપતિઓથી થોતે પોતાનો જાચાવ કરવે.

### અવનતિના પાર

ને માણસ દીર્ઘાયુ થવા છએ છે તેજુ પોતે પોતાને મરજ અને અવનતિના પાછળી અચરવું. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયનો આજ આશય છે. તે વિષે જુએ—

વૈશ્વા યાજ્ઞા નિર્જાયાઃ યાસોમ્યા સ્વા ઉમ્મરામંત । ( મં. ૩ )

મૃત્યોઃ પદ્વીશં અવમુચ્ચમાનઃ । ( મં. ૪ )

‘ દિવ્યવાણી એટલે જે શુદ્ધ વાણી છે તેની સદ્દામતાથી નિર્ઝંતીના પાશોમાંથી તને અમે ઉપર ઉઠાવીએ છીએ. મૃત્યુના પાશ અમે છુટા કરીએ છીએ. ‘ નિર્ઝંતિ એટલે અધોગતિના પાશ ધણી કમ્મુ હોય છે. જે તેમાં સપ્પાય છે તેની અવનતિ થાય છે. નિર્ઝંતિ શું છે ? અને ઝતિ શું છે તેનું સ્પષ્ટીકરણ આ પ્રમાણે છે—

નિર્ઝંતિ	ઝતિ
એકલું જીવન	સૈન્યસમૂહ, સંઘજીવન
અગતિ, વિરૂદ્ધગતિ	મતિ, પ્રગતિ
યુદ્ધ, ઊંડી જડું, નાસી જવું, અધર્મયુદ્ધ	ધર્મયુદ્ધ
અમાર્ગ	માર્ગ
અવનતિ	ઉભતિ
અસત્ય, અયોગ્યતા	સત્ય, યોગ્ય
નાશ, વિનાશ	રક્ષણ, અમરત્વ
અપવિત્રતા	પવિત્રતા
તમ, અધાર્મિક	પ્રકાશ, સ્વચ્છતા
સંકેત, રોગ	આરોગ્ય, સ્વાસ્થ્ય
આપત્તિ, વિપત્તિ,	સંપત્તિ
સંકટ	અનુકૂળતા
વિરૂદ્ધ પરિસ્થિતિ	અનુકૂળ પરિસ્થિતિ
શાપ	વર
પ્રેરણ	પ્રેરણ દૂર કરવો
અસત્ય, અસત્યમાં રમવું	સત્ય, સત્યાગ્રહ

નિર્ઝંતિના અને મૃત્યુના પાશ કયા છે અને તેમાંથી કેવી રીતે બચવું ભેદ્ય છે તેની કલ્પના આ કેદાને વિચાર કરવાથી પામીશો. મનમાં સહેલાઈથી આવી જશે. નિર્ઝંતિના આ પાશોને તોડવું ભેદ્ય છે અને ઝતિની ભેદ્ય પોતાનો સંબંધ ભેદવો ભેદ્ય છે. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરનારાઓએ તેનું સારી રીતે મનન કરવું. તે વિષે વધુ જુઓ—

તે મનઃ મન્ન મા ગાત્ । મા તિરઃ મૂત્ । ( મં. ૭ )  
 પતં પચાન્તં મા ગાઃ । પચ મીમઃ । ( મં. ૧૦ )

‘ તાર’ મન આ અધોગતિના-નિર્ઝંતિના રસ્તે કદિ ન જાય. તેમજ તે માર્ગમાં જઈ ત્યાં કદિ લપાઇ-કરાઇ ન રહે. આ અવગતિના માર્ગે ન જા, કારણ કે આ ધણી ભયંકર

રસ્તો છે. ‘ આ માર્ગ ધણી ભયાનક છે, તે રસ્તે જે જાય છે તે દુર્ગંતીને પહેંચે છે, તેથી કાષ્ટ માણસ આ રસ્તે ન જાય. એટલે જે જીવે સત્યનો માર્ગ છે, તે રસ્તેજીવ અબુદ્ધ અને નિઃશ્રેયસની પ્રાપ્તિ કરે. નિર્ઝંતિનો રસ્તો અધારનો છે, તેથી તે રસ્તે જતા ઠોકરો લાગે છે અને પતન પણ ભયાનક થાય છે. તેથી કહ્યું છે કે—

પતત્તમઃ મા પ્રપત્યાઃ, તે પરસ્તાત્ મયં ।  
 અર્વાક્ અમયમ્ । ( મં. ૧૦ )  
 તમઃ સ્વા મા વિદત્ । ( મં. ૧૧ )

‘ આ અધાર’ છે, તેમાં તું ન પડ, કારણ કે આ માર્ગે જવાથી તારા માટે પછી ભયં નિર્માણ થશે, જ્યાં સુધી તું તે રસ્તે જતો નથી અને આ સત્યમાર્ગમાં જ રહે ત્યાં સુધી તું નિર્ભય છે. ભીતિ તો તે અસત્ય માર્ગે છે. તે અવગતિના રસ્તે જવાનો મોહ તને ન થાય. ’

આ બાદેશ સર્વ સાધારણ લોકોને ઉપયોગી છે. તેથી તેનું મનન બધાએ કરવા લાયક છે. જેથી જીવનક્ષીણ અથવા દુઃખ જનકો તેવી બાબતોનું આચરણ કરવું નહિ. માણસને પ્રત્યેક પળે અધોગતિના રસ્તે જવાનો મોહ થાય છે; પણ તે મોહથી પોતે પોતાને બચાવવું એ હરકોઈની દૃશ્ય છે. તે વડે જીવનદીર્ઘ બનાવવામાં મદદ થાય છે. મનુષ્યે અધોગતિના પ્રલોભનમાં ફસાવું નહિ. તે વાતની સૂચના આપવા માટે નીચેનો મંત્ર કહો છે.

જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન

બોધઃ સ્વા પ્રત્યોબોધઃ રક્ષતામલ્લપ્રજ્ઞ સ્વાન-  
 ઘટ્ટાણઃ રક્ષતામ્ । ગોપાર્યઃ સ્વા જાણુચિઞ્ચ  
 રક્ષતામ્ । ( મં. ૧૩ )

‘ જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન, સ્ફૂર્તિ અને આપદ્ય તેમજ રક્ષક અને જાગૃત તાર’ રક્ષણ કરે. ‘ અહીં જે જ્ઞાન છે તે વિશેષ મનન કરવા યોગ્ય છે. ખાસ કરી જે માણસ દીર્ઘાંત જનના ઈચ્છે છે તેને તો આ જ સ્પષ્ટ ધણી જ બોધ આપનારા છે.

૧ બોધ- ઉદ્ધિયો વડે જગત્તું જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે, જે પહેલો જ્ઞાસ થાય છે તેને બોધ કહે છે.

૨ પ્રતિબોધ- જે વિચાર અને મનન પછી સત્યજ્ઞાન થાય છે, તેમજ જે જુદા જુદા પ્રમાણોના કસોટીથી સત્ય હોય છે તેને પ્રતિબોધ કહે છે.

આ જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન મણિકાને મોદમાં રક્ષાવનારું ન  
 દેાનું જોઈએ, સત્યજ્ઞાન અને સત્યવિજ્ઞાન કહિ અનનિકારક  
 અથવા મોદ ઉત્પન્ન કરનારું દેાનું નથી. તો પણ દુશ્મને  
 મારફતે જે પ્રસારવામાં આવે તેને જ્ઞાન-વિજ્ઞાન  
 સમગ્ર દેશકાં બોળા બોળા તેને સ્વીકારે છે, ભ્રમમાં પડે  
 છે, મોદવધ થાય છે અને અંતે તેમનું પતન થાય છે. મારે  
 આ મંત્રમાં કશું છે કે 'જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન મહાધનું રક્ષણ  
 કરનારું' થાય. ' જે માણસો જ્ઞાનવિજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે, તેઓ  
 વિચાર કરે છે, જે જ્ઞાનવિજ્ઞાન જ્યારે પ્રાપ્ત કરી રજા છે, તે  
 સાચું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન છે या નથી, અને તે પડે અથાક સાચું  
 રક્ષણ થશે या નહિ ? દુશ્મને આપેલા ભ્રમ નિર્માણ કરનવા  
 જ્ઞાનથી ( વસ્તુતા અજ્ઞાનથી ) બાધ, આગેય, બધ વગેરે  
 ક્ષીણ થતા બળ છે અને સત્યજ્ઞાનથી બાધ, આરોગ્ય તેમજ  
 બળ વધે છે. તે ઉપરથી વારંકાને બળ થઈ દરે જ કે જ્ઞાન  
 અને વિજ્ઞાનનું મહત્ત્વ દોહાંયુ પ્રાપ્તિમાં કેટલું છે હવે  
 આમળી જાઓ—

### દર્શન અને સ્થિરતા

( ૩ ) અદ્યક્ષ સંબંધનો અર્થ નિહાન આવવી એવો નથી, કારણ કે તેને રાજા અવસ્થા કહેવાય નિહા તે આજુસ માટે અન્યતઃ આવસ્થાક છે. અર્થાદી 'અ-દ્યક્ષ' નો અર્થ ' સુસ્તી ન હોવી ' આજુસે સુસ્ત રહેતુ ન જોઇએ. રૂઢિતિ' અનુબંધી અંદર અપ્રત્યક્ષ દોષી જોઇએ. રૂઢિતિ' વગર આજુસ વિશિષ્ટ પુરુષાધ' કરી રાહતો નથી. તેથી આ શબ્દ અનુબંધો સહાયક છે.

(૪) અનવદ્રાણ નો અર્થ છે, ન નાસી જવું, મંદ્યતિ ન થવું, પાછા ન પાડવું, જે બુધિશાસ્ત્રથી કરી છે, તેમાં ફેરફાર અને કાયમ અને તેો આગળ જવાની તેવારી સમજી.

વસ્તુના ઉત્પત્તિના રસને જવા માટે આ સુચો કલ્યાણ  
ઉપયોગી છે, પરંતુ ડેડલાક માણસોમાં એવી કંઈક રૂઝિ  
હોય છે કે તેથી તેમની હાનિ થાય છે માટે અહીં આ અન  
વાચકને ચેતવણી આપી રહ્યા છે, કે એવી રૂઝિ અને  
મતિથી બચીને રહો અને પોતાની ખાતરીથી ઉત્પત્તિ થાય  
એવી રૂઝિ પોતાનામાં વધારો, પુરુષોમાં મનુષ્યમાં રૂઝિ તો  
હોવી જ નોંધવું પરંતુ તે એવી હોવી જોઈએ કે જે વિધાનક  
ન હોય. પ્રથમ કહેલું જ્ઞાનવિદ્યાન યુગ વજેર પાસેથી પ્રાપ્ત  
કરાવું હોય છે, આ રૂઝિ અને મતિ પોતાની અંદર હોય

છે, પરંતુ તેમને વિશેષ પ્રકારે ઢાળવી પડે છે. ત્યાર પછી  
મીઠા એ શુદ્ધ બાકી છે, તે વિશે વિચાર કરીએ—

## રક્ષણ અને જાગૃતિ

૫ મોષાયન્=જે બીજાઓનું સંરક્ષણ કરે છે, તેને  
અર્થ રક્ષણ કરનારો એમ છે.

૬ જાગૃતિ= જાગૃત રહી રક્ષણ પ્રાપ્ત થાય તેમ જિલ્લા પંચાયતે રહે છે. એટલે આ બંને રક્ષણ કામ કરનારા છે.

અહીં 'જાનુલિઃ'નોપાઘમ્ સ્વા રક્ષતો ૧, (૧, ૧૪) જન્યુન રક્ષી અને રક્ષણ કામ કરનારો તાર રક્ષણ કરે એમ કહ્યું છે. તેવો સ્પષ્ટ થાય છે કે કેટલાક જનતા લોકો રક્ષણુ કામ કરતા નથી અને કેટલાક રક્ષી પણ રક્ષણુ કામ કરતા નથી. સુએ, ચેર રાતે જગે છે પણ તે જનતાનું રક્ષણ કરતો નથી તેજ પ્રકારે કેટલાક રક્ષી, કામ ઉપર નીમાએલા હોદ્દાધારે પણ પ્રજાનું રક્ષણ કરના નથી પણ સામ-રૂપનનો સ્વીકાર કરી પ્રજાને સનાવે છે, આ પ્રકારના યજ્ઞ લોકો છે જે જન્યુત હોય છે, પોતાને રક્ષણ કામ માટે રાખે છે પણ લોકોને પોતે જ પોતાનો તેમનાથી બચાવ કરવો પડે છે, કારણકે તેઓ સ્વાર્થસાધક હોય છે. તેથી લોકોએ વિચાર કરવો કે સાચા રક્ષી કેણુ છે અને જનહિન કરવા માટે કેણુ જન્યુન રહે છે. જે સાચા રક્ષી છે તેમને જ રક્ષી માનવા અને જેઓ સ્વાર્થસાધક છે તેમને દૂર કરવા તેજ સામું રક્ષણ થશે, કષ્ટપણ થશે, જનતામાં સાંતિ રહેશે અને અંતે એવી સુસ્થિતિમાં જીવન દીધું જનશે, અને નિરોધ અવસ્થા ધરાવી જનતા સુખી થશે. દીધુંજીવન ખાત્ર કરવામાં આ બધી બાબતો મદદરૂપ છે, તે વિના એકલાના વૈષકિલક પ્રયત્નોથી જન્યુન દીધુંજીવન ખાત્ર થઈ શકતું નથી. એટલે સામાજીક અને રાજકીય પરિસ્થિતિ અનુકૂલ રહેવાથી ખનુખની આજુ દીધું થાય છે. અને પ્રતિકુલ હોવાથી આજુ ધરે છે. તેથી જ સ્વતંત્ર દેશના લોકો દીધુંજીવી હોય છે અને પરતંત્ર દેશની પ્રજા અવધાણુ હોય છે.

સામાજિક પાપ

દીર્ઘજીવી મનુષ્યને સામાજિક અને રાજકીય કાર્યોમાં પણ હોય છે તે દર્શાવવાના ઉદ્દેશથી બા. સ. કા. માં સ્વતંત્ર આદેશ વિરોધ રીતે કથો છે—

जीवेभ्यः सा प्रभवः । ( भं. ७ )

‘બધા પ્રાણીઓ વિશે યોત્તાનું કર્તવ્ય કસ્ટી વેળા તું

બૂંદો કરતો નહિ ! ' એથી સ્પષ્ટ થાય છે કે દરરોજ માણસનું બીજા પ્રાણીઓ વિશે કંઈ નિરીક્ષ કરીએ હોય છે. એટલે અન્ય મનુષ્ય અને અન્ય પશુ-પંખી જીવજન્ટુ વગેરે સંબંધી કંઈ કરીએ છે અને તેમાં પ્રમાદ હોવા નોંધ્યો નહિ. પ્રમાદ યવાથી આ વ્યક્તિનું તેમજ સમાજનું પણ નુકસાન થશે માટે પ્રમાદ ન કરતાં આ કરીએ કરવું જોઈએ. આ કરીએ દીર્ઘ પ્રકારે યવાથી મનુષ્ય દીર્ઘાયુ થઈ શકે છે, એટલે આ સામાજિક કરીએને નિરીક્ષ રીતે કરનારા લોક સમાજમાં જોડલા અધિક દરે તેટલા આ સમાજમાં રાષ ઝોલા થશે અને તે પ્રમાણમાં આ દેશના મનુષ્યોની આયુ દીર્ઘ થશે. સામાજિક કાર્યની બાબતમાં ઉદાસીન અને સામાજિક કાર્યને પ્રમાદયુક્ત કરનારા લોકોને સમાજમાં અધિક દરે તે સમાજમાં અસ્પષ્ટ લોકોની સંખ્યા અધિક થશે. જ્યાર સુધી સંપૂર્ણ સમાજ નિરીક્ષ થઈ શકતો નથી ત્યાં સુધી માણસને દીર્ઘજીવન મળી શકે નહિ. દુષિત સમાજમાં એક વ્યક્તિ ગમે તેટલી નિરીક્ષ થાય તથાપિ બધા સમાજના દેવોને પરિણામ તે વ્યક્તિ ઉપર થશે જ. તેથી જ સાધિક જીવન નિરીક્ષ કરવું જરૂરી છે.

વિનૂન મા અનુગાઃ । ( મં. ૭ )

' હે મનુષ્ય ! તું પિતરોની પાછળ ન જા. ' એટલે જાણી શરતો નહિ અહીં મનુષ્યને આ આદેશ દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત કરવાની પ્રેરણા કરવાના ઉદ્દેશથી કહ્યો છે. જો મનુષ્ય અપલ કરશે તો તેને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થશે નહિ તો તેની આયુ અસ્પ થતી જશે.

સૂર્ય પ્રકાશથી દીર્ઘાયુ

દીર્ઘજીવન બનાવવા માટે સૂર્યનો પ્રકાશ ધણે મદદગાર છે. જે લોક પોતાનું જીવન વધારવા હચે છે તે આ અમૃતપૂર્ણ સૂર્યપ્રકાશથી અવરણ લાભ કરી લે-

સૂર્યા તે તન્વે શં તપાતિ । ( મં. ૫ )

મસાહ્લોકાત્ ગમેઃ સૂર્યસ્ય સંદૃશઃ મા હિત્યાઃ ।

( મં. ૪ )

હ હ મમૃતસ્ય લોકે સૂર્યસ્ય માગે અસ્તુ । ( મં. ૧ )

' સૂર્ય તારા શરીરને સુખ આપવા માટે જ તપે છે. તેથી સૂર્યના પ્રકાશ જોડેના પોતાનો સંબંધ હોડતો નહિ. અહિં અમૃતપૂર્ણ સ્થાન એટલે સૂર્યના પ્રકાશિત ભાગમાં

રહે. ' તેથી જીવન દીર્ઘ જનરો. જે લોકો બંધ મકાનના બંધ બારણે અંધારામાં રહે છે, જ્યાં તેમને સૂર્યનો પ્રકાશ મળતો નથી તે અસ્પષ્ટી થાય છે. શરીરની ચામડી ઉપર સૂર્યના પ્રકાશનો સ્પર્શ થવા નોંધ્યો. થોડા તાપ ચામડી ઉપર પડવાથી જેમને તકલીફ થાય છે તે દીર્ઘજીવના અધિકારી બની શકશે નહિ. માણસો દંબેશ કપડાથી દંડાએલા રહે છે, તેથી તે સૂર્યના જીવનથી વચિત રહે છે. જો માણસ સૂર્યના કિરણો વડે સ્નાન કરશે તો તેના લોહીમાં સૂર્યના કિરણો દ્વારા જીવનવિદ્યુત્, પ્રવેશ કરશે અને તેને અધિક લાભ થશે. સૂર્ય વિશે પ્રશ્નો પતિપદ્માં કહ્યું છે—

આદિત્યો હ વૈ પ્રાણો રવિરેય ચન્દ્રમા રવિર્ધા  
પતાત્સર્વં યમૂર્તં ચામૂર્તં ચ તસ્મામૂર્તિરેવ  
રયિઃ ॥ ૫ ॥

પ્રાણઃ પ્રજાનામુદયત્યેવ સૂર્યઃ ॥ ૮ ॥ ( પ્ર. ઉ ૧ )

' સૂર્ય એ પ્રાણ છે અને જે બધા બીજા મૂર્ત અથવા અમૂર્ત છે તે રયિ છે. આ સૂર્ય જે ઉદય પામે છે તે પ્રજા ઝોનો પ્રાણ છે, જેટલી સૂર્યની મદદતા છે. તેથી આ સૂક્ત માં કહ્યું છે કે, ' સૂર્યના પ્રકાશ જોડેના પોતાનો સંબંધ હોડતો નહિ. ' કારણે કે આ સૂર્યપ્રકાશ એવા છે કે જેથી માણસની આયુષ્યવર્ષા જરૂરિત થઈ જાય છે. જે જે પ્રાણી સૂર્યપ્રકાશ જોડેના પોતાનો સંબંધ હોડે છે તે અસ્પષ્ટી થાય છે. જણે સૂર્ય જીવનને દરિયો છે, તેની પાસેથી દૂર થવું જોગ્ય નથી, સૂર્યના સમાન બીજા દેવો પણ મનુષ્યનું દીર્ઘજીવન બનાવે છે. તે વિશે નીચેના મંત્રભાગ જુઓ—

મગઃ મંદુમાન્સોમઃ મરુતઃ દેવાઃ હન્દ્રાઘ્ની સ્વ-  
સ્ત્યે રત્નૃઃ । ( મં. ૨ )

માતરિચ્વા વાતાઃ તુર્યં પવતામ્ । ( મં. ૫ )

આપઃ અમૃતાનિ તુર્યં વર્ષન્તામ્ । ( મં. ૫ )

હ હ વિશ્વે દેવાઃ તુર્યં રક્ષન્તુ । ( મં. ૭ )

અગ્રયઃ જાતવેદાઃ વૈશ્વાનરાઃ દિવ્યઃ વિદ્યુતઃ તે  
રક્ષન્તુ । ( મં. ૧૧ )

ઘૌઃ શૃયિવો સૂર્યઃ ચંદ્રમાઃ અન્તરિક્ષે ત્વા  
રક્ષતામ્ । ( મં. ૧૨ )

ત્રાયમાણઃ હન્દ્રઃ જીવેશ્વરઃ ત્વા સં-ઉદે વદ્ધાતુ ।  
( મં. ૧૫ )

આદિત્યા વસવ દન્દ્રાદ્યો સ્વસ્ત્યેત્યા ઉદ્ગરન્તુ ।

( મં. ૧૧ )

પૌં । પૃષ્ઠિપૌં પ્રજાપતિઃ સોમરાજ્ઞોઃ ઓપઘવઃ

સ્વા મૃત્યોઃ । ઉદ્ગર્ષાપરન્ । ( મં. ૧૭ )

‘ પૃષ્ઠી ઉપર પ્રાપ્ત થનારી દેવતાઓ પૃથ્વી, પાણી ( જ્વાપ ), આગ, વાયુ, વૃક્ષ. ( સોમરાજ્ઞોઃ ઓપઘવઃ ) સોમાદિ ઓપધીઓ, ( પ્રજાપતિઃ ) મનુજી પાશન કરનારો શળ વૃક્ષાનર, જાતવેદા વગેરે, અન્તરિક્ષ સ્થાનમાં રહેનારી દેવતાઓ અન્તરિક્ષ, ( જ્વાપઃ ) વાદળાખાનું પાણી, ( માત રિષ્ઠા વાતઃ ) પવન, ( મરુતઃ ) વાયુ, ચંદ્રમા, ઇન્દ્રા વિજળી, ( પ્રજાપતિઃ ) મેષ વગેરે દેવો, અને દુષોઃકર્મા, રહેનારી દેવતાઓ, ઘોડા, સૂરજ, આદિત્ય, બ્રહ્મ, મનુપાત ( પરમ આત્મા ) ઇત્યાદિ દેવતાઓ; આ બધી દેવતાઓ મનુષ્યને દીર્ઘજીવન આપે, ’ વાચકોજાણી શકે છે કે આમાંથી અત્યેક દેવતાઓના સંબંધ પ્રાણીના દીર્ઘજીવન બેર કેવી રીતે છે. પ્રાણીતરસાએત્યા થાય, ત્યારે પાણી વડે જીવનધારણ કરે છે. જૂન સાગે ત્યારે ઔષધિ-વનસ્પતિઓ તેને જળ-કૃષ્ણ-પાન અને કંઈ વડે જીવન આપે છે. સૂરજ પ્રકાશ તો બધા જ પદાર્થોમાં જીવન મૂકે છે. આજ પ્રકારે બીજી દેવતાઓ જીવન આપી મનુષ્યોદિ પ્રજાઓની પ્રાણુ ધારણ કરે છે. તે વિષે વિસ્તારથી કહેવાની જરૂરી નથી વાચકો પોતે વિચાર કરી તેની સત્યતા પારખી શકે છે.

આ બધા દેવ ( ઘર્ષો-ઘસઃ ) જીવન ધારણ કરનારા છે, તેઓ ( સંઘમન્તુ ) મનુષ્યમાં દીર્ઘજીવનની સ્થાપના કરે. આ દેવો પાસેથી જીવનક્રિતા મેળવવી તેજુ જ નામ છે યજ્ઞ. તેથી કહ્યું છે—

દેવાન્માયયતાનેન તૈ દેવા માયવન્તુ યઃ ।

પરસ્પરં માયયન્તઃ એવાઃ પરમચાપ્સાય ॥

( બ. ગી. ૩૧૧ )

‘ યજ્ઞ વડે દેવોને સંતોષિત કરે અને દેવો તમને સંપૂર્ણ કરશે. આ પ્રકારે પરસ્પર આનંદ પ્રસન્ન થતાં તમે બધા પરમ મેધ પ્રાપ્ત કરશો. ’ આ પ્રકારે આ વચનો સંબંધ છે. એથી જ આ સુકતમાં કહ્યું છે કે—

યદિં પ્રમયુઃ કયા સ્યાત્ ? ( મં. ૧૬ )

‘ યજ્ઞ વિધાતા કેવી રીતે થશે ? ’ સાચો યજ્ઞ વિધિપૂર્વક

કરાશે તો તે કદિ ખાન કરનારો બનશે નહિ, પણ પોષક થશે. આ રીતે સર્વાદિ દેવો પાસેથી ક્રિતિ પ્રાપ્ત કરી મનુષ્ય પોતાની ક્રિતિતોને વિશ્વાસ કરી શકે છે અને અદો આનંદથી રહી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આજ પ્રાણુધારણ વિષયમાં આ સુકતમાં કહ્યું છે—

તે પ્રાણા અપાના દદ્ રમન્તામ્ । અર્ચં પુરુષઃ

મનુના સદ્ ॥ ( મં. ૧ )

દદ્ તે અસુઃ, દદ્ પ્રાણઃ, દદ્ માયુઃ, દદ્ તે મનઃ ।

( મં. ૨ )

સ્વા પ્રાણઃ યલં મા દાસીત્ । તે અહં મનુ

હવામસિ । ( મં. ૧૫ )

આ રીતે યજ્ઞ વડે દેવતાઓને પ્રસન્ન કરી ‘ તારી અંદર પ્રાણ, અપાન, આયુ, મન, બધા વગેરે રિધાર રહે. ’ એટલે મનુષ્યને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય.

તે ઝીવાનું વૃક્ષતાતિ કૃષોમિ । ( મં. ૬ )

‘ બાણકર્માને જીવન અને બળ ॥ ’ તે બધું શુભકર્મ કરના માટે છે, યજ્ઞ માટે જ છે. બાણકર્મે જ દીર્ઘજીવન મેળવવનું છે, બધી ક્રિતિ પ્રાપ્ત કરવાની છે, તે આ કાર્ય માટે જ છે, તે બધું મેળવવા યજ્ઞકર્મ માટે જ છે—

અર્ચં દદ્ અસ્તુ, અર્ચં દત્તઃ અમુજ મા ગાત્ । ( મં. ૧૮ )

મૃત્યોઃ સ્વા ઉદ્ગર્ષાપરન્ । ( મં. ૧૯ )

સ્વા આહાર્યં સ્વા મવિદં, પુના નવા આનાઃ ।

( મં. ૨૦ )

હે સર્વાંગ ! તે સર્વે જાણુઃ તે સર્વે માયુઃ જ

મવિદમ્ । ( મં. ૨૦ )

સ્વત્ મિર્જંતિ મૃત્યું અપાનિદધમાસિ । યક્ષ્મં

અપાનિદધમાસિ । ( મં. ૨૧ )

સહસ્ત્રવીર્યેન હમં મૃત્યોઃ ઉત્પારયામાસિ ।

( મં. ૧૮ )

‘ આ બાણકર્મા રહે, પરલોકમાં ન જાય,

એટલે મરે નહિ. યત્કુશી તને જગ્યાઓ છે. યત્કુ પાસેથી

તને લાભો છે, જાણી છું નવો જની લાભો છે, તારું જીવન

નવું જ બન્યું છે. હે સર્વાંગ સંપૂર્ણ મનુષ્ય ! અર્ચ, જીવન વગેરે મધું જ તને મળ્યું છે. તારાથી કુશળિ, યત્કુ

બંને શેષ દર થયા છે. હજારો બળ અને વીર્યવાળી

ઔષધિઓ વડે તને મનુષ્યી જગ્યાઓ છે. ’

આ પ્રકારે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવામાં મણિ, મંત્ર, આધિના વિવિધ પ્રયોગ કરી આ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવાની હોય છે. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાય આયુર્વેદ, યોગસાધન વગેરેમાં વિસ્તારપૂર્વક નોવાલાયક છે. તેથી તેનો વિસ્તાર અહીં કરવાની જરૂરી નથી. પણ અહીં 'તમ અને જ્યોતિ' નો સંબંધ મનુષ્ય જીવન સાથે કેવો છે તેનો વિચાર વિશેષ રીતે કરવો જોઈએ.

તમ અને જ્યોતિ

સ્વત્ તમઃ ક્વચાત્ અપ અન્નમીત્ તેજ્યોતિઃ અમૃત્ ।  
( મં. ૨૧ )

'તારાથી અંધાર' દર થયું છે અને તારો પ્રકાશ થયો છે. 'આ મંત્ર દ્વારા જીવનના એક મહાસિદ્ધાંતનું વર્ણન કર્યું છે. મનુષ્યનું જીવન ખરેખર પ્રકાશનું જીવન છે. પણ થોડા સેકો તેનો અનુભવ કરે છે. દરેક મનુષ્યનું એક એક પ્રકાશનું સ્વતંત્ર વર્ણન હોય છે. જેનું નેટલું સામર્થ્ય અધિક તેટલું તેનું વર્ણન મોટું પ્રભાવશાલી હોય છે, જેનું આત્મિક બળ કમી તેનું પ્રકાશવર્ણન પણ નાનકડું હોય છે. તે નાનું અથવા કાંઈ કમજોર હોય પણ તે આકાશમાં નક્કો સુધી પ્રસરી વિસ્તૃત બનવા યોગ્ય હોય છે. મનુષ્ય જ્યારે મરણુવશ થાય છે ત્યારે આ પ્રકાશવર્ણન નાનું થતું જાય છે. જે મરતા સુધી પેતાના આત્મરના અનુભવના ભોલ ભોલી થકે છે, તે આ વાતને પ્રત્યક્ષરૂપે કહે છે. અતિમ સમયે જેનું પ્રકાશવર્ણન નાનું બનતું જાય છે તે તે પ્રમાણે કહે પણ છે. મનુષ્યના આત્મિકાની ઉપર ( તમઃ ) અંધારાનું કાંકણ પડ્યું તેજ મૃત્યુ છે. અંત સમયે, આ વર્ણન પ્રકાશ કક્ષ અંશક માત્ર રહે તો મૃત્યુ થાય છે. આ અનુભવ આ મંત્ર વડે વ્યક્ત કર્યો છે. 'હે મનુષ્ય ! તારા ઉપર અંધારાનું આમ્હાઈન આવી રહ્યું હતું, તે હવે દર થયું છે અને પૂર્વવત્ તારો પ્રકાશ દુનિયામાં પ્રસરી રહ્યો છે. 'આ ૨૧ મા મંત્ર ભાગનો આશ્વ છે. આ આત્મપ્રકાશનો અનુભવ છે. આ કોષ કાલ્પનિક વાત નહિ. નેટલી દુનિયાનું મનુષ્યને જાણ હોય છે ત્યાં સુધી તેનું આ પ્રકાશવર્ણન પ્રસરે છે. મરણુની વખતે આ પ્રકાશવર્ણન હળવે હળવે નાનું થવાનો અનુભવ થાય છે. જેને ધીમે ધીમે અતિમ અનુભવ થાય છે તે મરણુ પહેલાંના કેટલાક કલાકો 'પ્રકાશ ઓછો થતો જાય છે' એમ કહે છે, પણ જેને મરણુપૂર્વ ઘણો સમય બેહોશી

રહે છે, તે બિચારો કંઈ જ કદી શકતો નથી. બેહોશીનો અર્થ છે પ્રકાશવર્ણનો સંકેત થવો. બેહોશ થનારો માણસ કહે છે કે મારી આંખ સામે અંધાર' આવી ગયું. તેનો ૨૫૪ અર્થ એ છે કે તેનો જે પ્રકાશ પ્રસરેલો હતો તે સંકુચિત બની ગયો, તેથી તેની જીવનશક્તિ ઓછી થઈ અને તે મૃતિંકત થયો.

આ વિચારોથી વાચકોને આ ૨૧ મા મંત્રભાગનો અર્થ સારી રીતે સમજશે.

બે માર્ગ રક્ષક

દયામઃ જાલલઃ યમસ્ય પથિરક્ષી શ્વાનો ।

( મં. ૯ )

'કાળો અને સફેદ એવા બે યમના માર્ગનું ક્ષણ કરનારા શ્વાન છે. 'અહીં 'શ્વાન' શબ્દનો અર્થ કેટલાક ટીકા કારોએ 'કુતરાઓ' એમ કર્યો છે. અને 'બે કુતરાઓ-યમલોકના માર્ગમાં રહે છે' એમ માન્યું છે. પણ તે અર્થ બરાબર નથી. 'શ્વાન' શબ્દનો અર્થ અહીં, ' ( શ્વઃ ન-શ્વન )' ને કાંસે રહેતો નથી' એમ છે. યમ નામ સૂરજ એટલે કાલ છે. તેના ધોળો દિવસ અને કાળીરાતનો સમય આ બે ભાગ 'કાલ સુધી ન રહેનારા', 'કેવળ આજ જ રહેનારા છે આ વિષે વેદમાં બીજે પણ કહ્યું છે—

અહસઃ કુળ્પમહરજુનં ચ વિવિતંતે રજસી યેવાસિઃ ।

( ઋ. ૬ાલ૧ )

'એક ( અહસ ) દિવસ કાળો હોય છે અને બીજો સ્વેત એટલે સફેદ હોય છે. 'આજ દિવસ અને રાત્રી છે. આજ યમના બે સફેદ અને કાળો એવા બે માર્ગનું રક્ષણ કરનારા છે. એમાંથી દરેક આજે તો છે પણ કાલે તો રહેવાના નથી જ. આ બંને યમના રક્ષક એમ જાણી અને દરેકની પાછળ પડ્યા છે, તેમનાથી કોષ છૂટો નથી. તે જાણી આ રક્ષકોની સામે કોષ પાષાકર્મ ન કરે અને હંમેશા સાઈ સત્કર્મ કર્યાજ કરે. પાષ કર્મ કરવાથી તો આ યમના રક્ષકો કોષને છોડતા જ નથી. એટલે પાષીને જરૂર દંડ મળશે જ. આ દંડ આયુની ક્ષીણતા જ છે. બીજા રોગોંકિ પણ છે. આ યમ જાણે જાય છે. કાષ્ટને છોડતો નથી, તેથી તેને નમીને રહેવું જોઈએ—

મૃત્યવે અન્તકાય નમઃ ।

( મં. ૧ )

મૃત્યુઃ ક્વચાત્મ ।

( મં. ૫ )



‘ મૃત્યુને નમસ્કાર દો, મૃત્યુ દયા કરે ’ વગેરે પ્રકારે મૃત્યુના સામર્થ્યની જાણતિ મનમાં રાખવી જોઈએ અને તેની બીજી મનમાં રાખવી જોઈએ તેનીપાસે દયાની વાચના કરવી જોઈએ. એટલી નમના મનમાં રહેશે તો મનુષ્ય સદસા પાપ કરશે નહિ. કંઈ નહિ તો તેથી પાપપ્રવૃત્તિ જોઈ તો અનુભવ થશે જ. તેજ પ્રકારે--

શોપાવાન્તિ રક્ષન્તિ, તેષ્વા જમઃ સ્વાહા ચ ।

( મં. ૧૪ )

‘ જે પાલન અને રક્ષણ કરે છે, તેમને નમસ્કાર અને સમર્પણ દો. ’ તે પહેલાં પાલકો અને શ્રદ્ધાળી મજુરી કરી છે, તે જાણના માટે આપણા તરફથી યથા યોગ્ય સમર્પણ જરૂર થયું જોઈએ આજ યથા છે જે યથા વિષે આ પહેલાં લખ્યું છે તે વાચ્યો. અહીં સરખાવી જુઓ યથા અને (સ્વાહા-જમ) સમર્પણ એક જ વાત છે અને નમન પણ તેમાં સમાવિત છે.

આ પ્રકારે વિચારવાન સુવિધ મનુષ્ય વૃદ્ધ અવસ્થામાં સાચા ધ્યાનને ઉપદેશ આપવા માટે સમર્થ બને છે—

ઉપદેશક

તિરિયિઃ વિદ્યં માઘદાસિ ।

( મં. ૬ )

‘ આ પ્રકારે વૃદ્ધ માણસ પોતાના ધ્યાનને ઉપદેશ આપી શકે છે. ’ ત્યાર સુધી કોઈને ઉપદેશક થવાનો અધિકાર નથી આ પહેલાં જે જે ઉપદેશ આપે છે, તેનું આચરણ કરી જે સદાચાર રત બની વૃદ્ધ થાય છે, તેજ ઉપદેશ આપવા સમર્થ બને છે આ સૂક્ત મહું એકપ્રકાર અને માનદંડક છે, તેનાથી વાચકો પણ યજ્ઞો લાભ મેળવી શકે

આ સૂક્તના સ્મરણ કરવા લાયક ઉપદેશ

( ૧ ) રહાયમસ્તુ પુત્રવા સજાસુના સૂર્યસ્ય માને મમતસ્ય લોકે । ( અ. ૮૧૧૧ )

‘ જે માણસ હીર્ણ્યવન મેળવવા ઇચ્છે છે તેણે સૂર્યના પ્રજાસના પ્રદેશમાં રહેવું જાણ્યું કે ત્યાં અમૃત રહે છે ’

( ૨ ) ઉત્ક્રામાતઃ પુરુષઃ માઘ વાપા મૃત્યો પર્ણાશમવમુશ્ચમાનઃ । ( અ. ૮૧૧૪ )

‘ જે મનુષ્ય ઉપર યદ્, પડતો નહિ અને મૃત્યુના પાશ તોડી નાંખે ’

( ૩ ) સૂર્યસ્તે શંતપાતિ । ( અ. ૮૧૧૫ )

‘ સૂરજ તારું કબ્જાબુ કરવા માટે તપી રહ્યો છે ’

( ૪ ) ઉચાનં સે પુરુષ નાયવાનમ્ । ( અ. ૮૧૧૬ )

‘ જે મનુષ્ય ! તારી ઉત્તમિયાવ અવનતિ કદિ ન આવે ’

આ વાક્ય બચવડમીતા ( અ. ૬૧૫ ) ડું ‘ હસ્તરેદાત્મ નાત્માનં નાત્માનમવસાર્દયેષુ । ’ પોતાનો ઉદાર કરવો જોઈએ, કદી અધીનતિ થવી દેવી જોઈએ નહિ, આ વાક્ય ઉપરના વેદ વાક્ય જેવું છે

( ૫ ) મા ઝિવેશ્ચઃ મમદ્ । ( અ. ૮૧૨૦ )

‘ પ્રાણીઓ વિષે જે દરજ્જા છે તેમાં બૂધ કરતો નહિ ’

( ૬ ) મા ગતાનામાદીધીવાઃ યે નયન્તિ પરા વતમ્ । ( અ. ૮૧૨૮ )

‘ મહા ગુચરીના શોક ન કરવો, તેમ કરવું અધીનતિ તરફ લઇ જાય ’

( ૭ ) માત્ર તિષ્ઠ પરાદ્મનના । ( અ. ૮૧૨૯ )

‘ અહીં વિરહ રિક્તામાં મગ કરી ઉભો રહેતો નહિ ’

## દીર્ઘશ્વન

કાંઠે ૮, સૂકત ૨

( કવિ:— મહા ] દેવતા—આયુ: । )

આ રમસ્વેમામમૃતસ્ય શ્નુષ્ટિમર્ચિછિધમાના જરદંધિરસ્તુ તે ।

અસું ત આયુ: પુનરા મેરામિ રજસ્તમો મોપ મા પ્ર મેઘાઃ

॥ ૧ ॥

લીનતાં જ્યોતિરભ્યેશ્વાદા ત્વા હરામિ શ્વતશારદાય ।

અવમુચ્ચન્મૃત્યુપાશાનર્શસ્તિ દ્રાધીય આયુ: પ્રતરં તેં દધામિ

॥ ૨ ॥

વાતાત્તે પ્રાણમર્ચિદં સ્વર્્યાચ્છુરહં તવ ।

યત્તે મનસ્સ્વયિ તદ્ધારયામિ સં વિત્સ્વાદ્વૈર્વેદં જિહ્વાલપન્

॥ ૩ ॥

પ્રાણેન ત્વા દ્વિપદાં ચતુષ્પદામર્મિમિવ જાતમુમિ સં ધમામિ ।

નમસ્તે મૃત્યો ચક્ષુષે નમઃ પ્રાણાય તેઽકરમ્

॥ ૪ ॥

અર્થ— ( હમાં અમૃતસ્ય શ્નુષ્ટિ આરમસ ) આ અમૃતરસ પીવા શરૂઆત કર. ( તે જરત્-અષ્ટિ: અચ્છિધ-માના અસ્તુ ) તારા શ્વાવરથા સુધી શ્વનભોગ અનિષ્ઠિત રીતે થતો રહે. ( તે અસું આયુ: પુન: આમરામિ ) તારા પ્રાણ અને શ્વનને હું ફરી તારી અંદર બંધું છું. ( રજ: તમ: મા લપયા: ) ભોમ અને અતાનની પાસે ન ભ. ( મા પ્ર મેઘા: ) મરી જતો નહિ. [ ૧ ]

( જીવતાં જ્યોતિ: સર્વાદ્ અમિ-પદિ ) શ્વન મનુષ્યના પ્રકારને આ તરફથી પ્રાપ્ત થા. ( ત્વા શ્વત-શારદાય આ હરામિ ) તને સો વરસની આયુ માટે લાવું છું. ( મૃત્યુપાશાન મર્શસ્તિ અવમુચ્ચન્ ) મૃત્યુના પાશોને અને અકીર્તિને હટાવતો ( તે પ્રતરં દ્રાધીય: આયુ: દધામિ ) હું તારા માટે ઉત્કૃષ્ટ દીર્ઘશ્વન આપું છું [ ૨ ]

( વાતાત્તે પ્રાણં મર્ચિદં ) વાયુથી તારા પ્રાણને પ્રાપ્ત કરું છું. ( અહં સ્વર્્યાચ્છુરહં તવ ચક્ષુ ) મેં સૂરજથી તારા નેત્રોને પ્રાપ્ત કર્યા છે. ( યત્તે મનઃ સ્વયિ ધારયામિ ) જે તારું મન છે તેને હું તારામાં ધારણ કરું છું. ( અંગૈ: સંધિરસ્વ ) પેતાના બધા અવયવોને પ્રાપ્ત થા. ( જિહ્વા લપન્ વદ ) શ્લેષાથી શબ્દોચ્ચાર કરતો હું બોલ. [ ૩ ]

( જાતં મર્મિમિવ ) હમણાં જ નિર્માણ થયેલા અમીની જેમ ( ત્વા દ્વિપદાં ચતુષ્પદાં પ્રાણેન સંધમામિ ) દ્વિપાદ અને ચતુષ્પાદના પ્રાણોથી શ્વન આપું છું. હે મૃત્યો ! ( તે ચક્ષુષે નમઃ ) તારા નેત્રછદિય માટે નમસ્કાર અને ( તે પ્રાણાય નમઃ અકરમ્ ) તારા પ્રાણ માટે નમસ્કાર કરું છું. [ ૪ ]

વાચાર્થ— હે રોમી મનુષ્ય ! હું આ અમૃતરસી ઔષધિરસનું પાન કર અને દીર્ઘશ્વનથી યુક્ત થા તારી અંદર પ્રાણ ફરી સ્થિર કરું છું. ઈ ભોગમય શ્વન અને અજ્ઞાનનદી પાસે જતો નહિ અને બહી મરતો નહિ. ( ૧ )

શ્વનિત મનુષ્યોમા જે એક વિલક્ષણ તેજ હોય છે, તે પ્રાપ્ત કર અને સો વરસ શ્વનતો રહે. મૃત્યુના પાશ તોડ. તારું શ્વન વધારું છું. ( ૨ )

વાયુથી પ્રાણ અને સૂરજથી નેત્ર તને આપું છું. તારી અંદર મન સ્થિર રહે તારા બધા અવયવોની પુષ્ટિ થાય અને તારી શ્વશ્વી ઉત્તમ વ્યાખ્યાન થાય. ( ૩ )

જે પ્રકારે અગ્નિની નાની સરખી ભજને કુકળાથી થોડો થોડો પવન નાંખી બહારી ઉકારવામાં મદદ આપે છે, બરાબર તેજ પ્રકારે અંદર રહેલા થોડા પ્રાણને અંગે અનેક ઉપાયોથી પ્રહીન કરીએ છીએ મૃત્યુને અંગે નમસ્કાર કરીએ છીએ ( ૪ )

અર્થઃ 'ર્જિવતુ મા મૃતેમ સર્મારયામસિ । કૃણામ્યસૈ ભેષજં મા પુરુષં વધીઃ

॥ ૫ ॥

જીવતાં નૃપારીણં જીવન્તીમોર્ષવીમદમ્ ।

ગ્રામમાળાં મદમાનાં સદેશ્વરીમિદ દુષ્ટસ્મા અરિષ્ટતાતયે

॥ ૬ ॥

અર્ધિ મૃદિ મા રમયાઃ સૂતેમ તયૈવ મન્તસર્વેશયા કુદાસ્તુ ।

મર્ષાગર્ષા મૃદતં શર્મં યન્નૃતમપ્તિષ્વં દુરિતં ધંત્રયાયુઃ

॥ ૭ ॥

અસ્મે મૃદગાં અર્ધિ મૃદીમં દંયસ્વોદિતોદયમેતુ ।

અરિષ્ટઃ સર્વાન્નઃ સુધુઝરગાં નૃત્તહાયન શ્રુતમન્તામ્ મૂર્જમન્નુતામ્

॥ ૮ ॥

દેવાનાં હેતિઃ પરિ ત્વા વૃણક્તુ વારયામિ ત્વા રજસુ ઉચ્ચાં મૃત્યોર્ણીપરમ્ ।

આરાદુર્મિ ક્રત્યાદં નિરુદ્ધં જીવાતયે તે પરિધિં દધામિ

॥ ૯ ॥

અર્થ— ( અર્ધં જીવતુ ) આ પુરુષ ઇતિ નંદે. ( મા મૃત ) મરે નદિ. ( હમં સં દંત્યામસિ ) આને અમે સવેન બનાવીએ છીએ. ( અસ્મે ભેષજં કૃણામિ ) એના આરે હું એ જમ તેજસ રૂં પું. દે મૃતો. ( પુરુષં મા વધીઃ ) આ પુરુષનો વધ ન કરે. [ ૫ ]

( મદં મદમે અરિષ્ટ-તાતયે ) હું તેના આરે મુખને વિસ્તાર કરવા આરે ( જીવતાં ) જીવન આપનારી ( નૃપારીણાં ) દાનિ ન કરનારી ( ગ્રામમાળાં સદમાનાં સદેશ્વરી ) રક્ષણ કરનારી, રોગ દૂર કરનારી અને બધ વધારનારી ( જીવન્તીમોર્ષા ) જીવનીય ઓર્ષા આપું છું. [ ૬ ]

( અર્ધિ મૃદિ ) હું ઉપરેક કરે. ( મા મારમયા ) ખરાબ આચરણ કરીશ નહિ. ( હમં મૃજ ) આ પુરુષને જાનનાં ચલાવ, ( તય વય સન્ ) તારા જ મધને આ ( સર્વેશયાઃ કુદાસ્તુ ) પૂર્ણ જીવન સુધી બદો રહે. ( મર્ષા-ગર્ષા ) દે ભાર અને શર્મ. ( મૃદતં ) સુખી કરો, ( શર્મં યન્નૃતમપ્તિષ્વં ) સુખ આપો. ( દુરિતં ધંત્રયાયુઃ ) પાપને દૂર કરી ( માયુ ધન્ત ) દીર્ઘઆયુ ધારણ કરો. [ ૭ ]

દે મૃતો. ( અસ્મે અર્ધિ મૃદિ ) એને ઉપરેક કરે, ( હમં વ્યસ્વ ) એના ઉપર દવા કરે. ( અર્ધે રતા ઉત્ત-વતુ ) આ આ વિપત્તિમાંથી ઉપર ઉઠે અને ( અરિષ્ટઃ સર્વાન્નઃ ) પીડારહિત બધા અવયવોથી પૂર્ણ, ( સુ-ધુન્ ) ઉત્તમ તાન અથવા સાધનવાળી કઠિનથી યુક્ત બની ( જરસા શત્તહાયન ) જલોમાં મોં ચર્ષોથી યુક્ત થઈ ( મારમયા મુજં અપ્નુતાં ) પીતની કઠિનથી બેઠને ખાત કરે. [ ૮ ]

( દેવાનાં હેતિઃ ત્વા પરિવૃણક્તુ ) દેવોનું કલ્પ તને દૂર રાખે. ( ત્વા રજસુ વારયામિ ) તને રજસની પાર કરું છું. ( ત્વા મૃત્યોઃ વન્ મર્ષાપરં ) તને મૃત્યુથી ઉપરો ઊં, તું મૃત્યુથી દૂર થયો છે. ( ક્રત્યાદં નિરુદ્ધં ) માંસભક્ષક અગ્નિને દૂર રાખું છું. ( તે જીવાતયે પરિધિં દધામિ ) તારા જીવન આરે મર્ષાના નિધિ કરું છું. [ ૯ ]

આવાર્થ— આ મનુષ્ય દીર્ઘજીવી થાય, જલ્દી ન મરે, એની શક્તિ તેનામાં સચાલિત કરીએ છીએ આ રોગોને અમે દવા આપીએ છીએ, તેનું મુખ ન થાય ( ૫ )

તેના દીર્ઘજીવન આરે જીવન્તી ઓર્ષાઓને રક્ષ આપું છું. આ આયુ નવારનારી, બધ આપનારી, રોગ દગવનારી અને રોગ દૂર કરનારી છે ( ૬ )

આ દીર્ઘજીવનના ઉપાયને જનતાને ઉપદેશ કરે, કોઈએ જરાય આચરણ ન કર્યું, આ પુરુષ એથી નિર્દોષ બની જન્મનાં દરે કરે તેને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય તેને ગુણમય સરીર મળે, રોગ અને દોષ દૂર થાય અને પૂર્ણ આયુ પ્રાપ્ત થાય ( ૭ )

એને આરોગ્ય પ્રાપ્તિના ઉપદેશ કરે, મુશુ આ સમયે એના ઉપર દવા કરે, આ બધા પ્રયત્નના અન્નપુરણે મેળવે, એના બધા શરીરાવયવો પૂર્ણ થાયે વધે, પુષ્ટ થાય, તે નિર્દોષ થાય. આ જ્ઞાનબલ બની પૂર્ણ આયુ અને ઉપરે મૃત્યુ સુધી પોતાના પ્રયત્નને વડે પોતાના આરે આચરણ બોલ પ્રાપ્ત કરે. ( ૮ )

દેવાનાં શરો તારા ઉપર ન પડે, તને બેશકલિતા પાર લઈ જઈ હું મૃત્યુને દશાડ છું મરણને જાળનારો અગ્નિ તારી પાસેથી જાળ અને મૃત્યુજીવનના અત્યંત સુધી દલિત રહે. ( ૯ )

યત્તે નિયાનં રજસં મૃત્યોં અનવધર્ષ્યમ્ । પથ કુમં તસ્માદ્રધન્તો પ્રજ્ઞાસ્મૈ વર્મ કુળાસિ ॥ ૧૦ ॥

કુળોમિં તે પ્રાણાપાનો જરાં મૃત્યું દીર્ઘમાયુઃ સ્વસ્તિ ।

વૈવસ્વતેન પ્રહિતાન્યમદૃતાંશ્વરતોડ્યં સેષામિ સર્વાન્ ॥ ૧૧ ॥

આરાદરાંતિ નિકૃતિં પુરો પ્રાહિં ક્રત્યાદઃ પિશાચાન્ ।

રક્ષો યત્સર્વં દુર્ભૂતં તત્તમં દુષાર્પ દન્મસિ ॥ ૧૨ ॥

અગ્રેષ્ઠે પ્રાણમમૃતાદાયુષ્મતો વન્વે જાતવૈદસઃ ।

યથા ન રિપ્યાં અમૃતઃ સજૂરસસ્તર્વે કુળોમિ તદુ તે સમૃંષ્યતામ્ ॥ ૧૩ ॥

શિવે તે સ્તાં ઘાવાપૃથિવી અસંતાપે અભિધિયૌ ।

શ્ચં હે સ્ય આં તપતુ શં વાતોં વાતુ તે હૃદે ।

શિવા અમિ ધરન્તુ સ્વાપોં દિવ્યાઃ પર્યસ્વતીઃ ॥ ૧૪ ॥

અર્થ— હે મૃત્યો ! ( યત્ તે અનવધર્ષ્યં રજસં નિયાનં ) ને તારો અન્યેય રત્નેમય રત્નો છે, ( તસ્માત્ પથઃ કુમં રક્ષતઃ ) તે માથેથી આ પુરુષનું રક્ષણ કરતા અમે, ( અસૈ બ્રહ્મ વર્મ કુળાસિ ) એના માટે જાનરૂપી અખતર બનાવીએ છીએ. [ ૧૦ ]

( તે પ્રાણાપાનો જરાં મૃત્યું લીધેં આયુઃ સ્વસ્તિ કુળોમિ ) તારા માટે પ્રાણ, અપાન, વૃદ્ધત્વ, દીર્ઘછવન અને અતે મૃત્યુ કલ્યાણમય છે' હું. ( વૈવસ્વતેન પ્રહિતાન્ શ્વરતઃ સર્વાન યમદૃતાન્ ) વિવસ્વાન સૂર્યમયી ઉત્પત્ત કાળે મોકલેલા અને બધે જ ફરતા-ફરતા બધા યમદૃતોને ( અપસેષામિ ) હું ફર ફર છું. [ ૧૧ ]

( અરાંતિ ) કુરમન, ( નિકૃતિં ) અવગતિ, ( પ્રાહિં ) શેખ, ( ક્રત્યાદઃ ) ધાસ આનારા જન્મ ( પિશાચાન્ ) લોહી પિનાશ, ( રક્ષ. ) વિનાશક અને ( યત્ સર્વં દુર્ભૂતં ) ને બધું અકલ્યાણ કરનાર છે, ( તત્ તમ હૃદય ) તેને બાંધારાની જેમ ( પરઃ કારાન્ અપહ્નમસિ ) ફર ફરે છું. [ ૧૨ ]

( અમૃતાન્ આયુષ્મત જાતવૈદસઃ અગ્રે ) અમર, આયુવાળી જાનવૈદ અગ્રિથી ( તે પ્રાણં અગ્રે ) તારા પ્રાણ પ્રાપ્ત છે' હું. ( યથા અમૃતાઃ ન રિપ્યાઃ ) જેથી અમર થઈ તું નાશ પામશે નહિ ( સજૂઃ અસા ) એની સાથે રહે, ( તત્ તે સમૃંષ્યતાં ) તે તારું કાર્ય સમીક્ષા યુક્ત થાવ. [ ૧૩ ]

( ઘાવાપૃથિવી તે અસંતાપે ) લો અને પૃથ્વીશોક તારા માટે સંતાપ ન કરનારા, ( શિવે અભિધિયૌ ) શુભ અને લક્ષ્મીથી યુક્ત ( સ્તાં ) થાવ. ( સ્યં તે શં વાતપતુ ) સૂરજ તારા માટે શુભ આપનારો પ્રકાશિત થાય ( તે હૃદયે વાતઃ શં વાતુ ) તારા હૃદય માટે પવન શુભદાયી થઈ વહે ( દિવ્યાઃ પર્યસ્વતીઃ આપઃ ) આકાશમાંના વાદળામાંથી પ્રાપ્ત થનારા અને પૃથ્વી ઉપર વહેનારા જલપ્રવાહો ( સ્વા શિવાઃ અમિધરન્તુ ) તારા માટે જાન આપનારા વહેતા રહે. [ ૧૪ ]

આવાયર્થ— મૃત્યુનો માર્ગ અન્યેય છે, તે પ્રાણ તેનાથી અમે આનું રક્ષણ કરીએ છીએ અને તેને જાનનું કલ્પ આપીએ છીએ, જેથી તેનું રક્ષણ થાય ( ૧૦ )

પ્રાણ, અપાન, વૃદ્ધાવસ્થા, દીર્ઘછવન વગેરે કારણે તને શુભ પ્રાપ્ત થાય તને કદાચ આપનારા ને હરો, તેમને હું ફર ફરે છું. ( ૧૧ )

શત્રુ, વિપત્તિ, શેખ, વિનાશક, વાતક અને ક્ષીભૂતા કરનારા ને હરો તેમને હું ફર ફરે છું. ( ૧૨ )

અમરપણ અને દીર્ઘછવન આપનારા અગ્રિ દેવથી હું તારા પ્રાણ લાઉ છું તેથી તારો મૃત્યુ થશે નહિ. શ્ર અર્હા છવતો રહે અને સમદિગ્ધી યુક્ત થા ( ૧૩ )

ધૃતોક, અન્તરિક્ષલોક, ભૂલોકમાં રહેનારા બધા પદાર્થો એટલે સૂરજ, પવન, પાણી વગેરે બધા તારા માટે શુભ આપનારા થાઓ. ( ૧૪ )

શિવાસ્તે સન્ત્યોર્ષધય ઉર્ધ્વાદાર્પમર્ધરસ્યા ઉત્તરાં પૃથ્વીમિમિ ।

તત્ર ત્વાદિત્યૌ રક્ષતાં ઘર્ષાચન્દ્રમર્સાવુમા

॥ ૧૫ ॥

યત્તે વાસાં પરિધાનં યાં નીલિં કૃણુષે સ્વમ્ ।

શિવં તે તન્વેદૃ સ્તક્રમઃ સંસ્પર્શદ્રુક્ષમસ્તુ તે

॥ ૧૬ ॥

યત્સ્રોણે મર્ચયતા સુતેજસા વસા વર્ષસિ કેન્દ્રમશ્રુ । શુમં મુલં મા ન આયુઃ પ્ર મોષીઃ

॥ ૧૭ ॥

ગિવૌ તે સ્તાં મીહિયવાર્ષમલાસાવંદોમર્ષૌ । ઇતૌ યક્ષમં વિ વાપેતે ઇતૌ મૃશ્વતૌ અંદસઃ

॥ ૧૮ ॥

યદુશ્માસિ મરિપર્વસિ ધ્વાન્યં કૃપ્યાઃ પર્વઃ । યદુર્ધાઘં યદનાઘં સર્વં તે અન્નમધિષં કૃણોમિ ॥ ૧૯ ॥

અંદેષઃ ચ ત્વા રાત્રયે ચોમાશ્વ્યં પરિં દક્ષસિ । આર્યેભ્યો જિઘૃત્સુમ્યં હમં મે પરિં રક્ષત ॥ ૨૦ ॥

અર્થ— ( તે ઓપઘયઃ શિવાઃ સન્તુ ) તારા માટે ઓપધિ શુભ શુભક્રમ ધાવ. ( મર્ધરસ્યાઃ ઉત્તરાં પૃથ્વી ) નીચેની ભૂમીથી ઉપરની ઉંચી ભૂમિ ઉપર ( સ્વા સમિત્વ માદાર્વ ) તને મેં આપ્યો છે. ( તત્ર ઘર્ષાચન્દ્રમર્સાવુમા ) સમી માદિત્યૌ સ્વા રક્ષતાં ) તે સરજ અને ચંદ્રમા આ બંને આદિત્યો તારે રક્ષણ કરે. [ ૧૫ ]

( યત્તે પરિધાન વાસઃ ) જે તારે ઓટવાનું વસ્ત્ર છે, ( યાં સ્વં નીલિં કૃણુષે ) જે વસ્ત્રને તું કમર ઉપર બાધે છે. ( સત્તે તત્રયે શિવં ક્રમઃ ) તે તારા કરીર માટે શુભક્રમ બનાવીએ છીએ, તે વસ્ત્ર ( તે સંસ્પર્શદ્રુક્ષમસ્તુ ) તારા સ્પર્શ માટે ખરેખર ન હોય એટલે નરમ હોય. [ ૧૬ ]

( યસા મર્ચયતા સુતેજસા સ્રોણે ) તું વાળક, સ્વસ્થતા કરનારા તેજ ધારદાર અમાથી ( યત્ કેન્દ્રમશ્રુ વર્ષસિ ) જે વાળ અને મૂંઠાનું શુંકન કરે છે તેથી ( શુમં મુલં ) મેહું શુંકન બનાવી ( મા આયુઃ મા પ્રમોષીઃ ) અમારી આયુનો નાશ કરતો નહિ. [ ૧૭ ]

( મીહિયવૌ તે શિવૌ ) ઓખા અને જળ તારા માટે કલ્યાણકારી અને ( મ-વલાસી મર્વો-મર્ષૌ સ્તાં ) કદ ન કરનારા અને ખાવા માટે શુભકારક થાવ. ( ઇતૌ યક્ષમં વિ વાપેતે ) આ બંને રાત્રીનો નાશ કરે છે. ( યસાં અંદસઃ મૃશ્વતૌ ) આ બંને પાપથી મુક્ત કરે છે. [ ૧૮ ]

( યત્ કૃપ્યાઃ ધ્વાન્યં મર્યાસિ ) જે ખેતીથી ઉત્પન્ન થનારું અનાજ તું ખાય છે અને ( યત્ પર્વઃ પિવસિ ) જે દુધ તું પીએ છે, ( યત્ આઘં યત્ અનાઘં ) જે ખારા થોમ્બ છે અને જે ખારા અથોમ્બ છે, ( તે સત્ સર્વે આર્યે કૃણોમિ ) તારા માટે તે બધું વિવરદિત કરે છું. [ ૧૯ ]

( સ્વા મંદેષઃ ચ રાત્રયે ચ ઓમાશ્વ્યં પરિદક્ષસિ ) તને હું દિવસ અને રાત્રિ આ બંને સમય માટે શીધી કરે છું. ( મે હમં ) મારા આ માંજુલનું ( મરત્યેભ્યઃ જિઘૃત્સુમ્યઃ પરિ રક્ષત ) અમારી ભૂખથી રક્ષણ કરે. [ ૨૦ ]

આવાક - ઓપધિએ તને ચેતના શુભક્રમોથી શુભ આરે અને શ્રુત્યુદી દીર્ઘ અવસ્થામાંથી નિરાશ ઉત્તરદિશમાંથી આપ્યો છે, અહીં સૂર્ય-ચંદ્ર તારે રક્ષણ કરે જે તારે ઓટવાનું અને પહેરવાનું વસ્ત્ર છે તે તારા માટે નરમ શુભકારક સ્પર્શ આપનારું થાવ ( ૧૫-૧૬ )

ઉત્તમ, તેજ, ધારદાર અમા પડે જે દબમ દબમત બનાવે છે, તેથી મેહાનું સંકર્ષ ખીરે છે આ દબમ કાઢતા છવતનો નાશ ન કરે. ( ૧૭ )

ચેતના, જળ બંને અનાજ તારા માટે શુભકારક, ખાવા મરિ, મીઠા, કર વગેરે હોય ન હોયમ કરનારા, આરોગ્ય વધારનારા અને પાણીવતિ દહાવનારા થાવ ( ૧૮ )

જે ખેતીનું ધાન્ય અને ગાયનું દુધ અવાચ-પીવાચ છે તે બધું વિવરદિત હો. ( ૧૯ )

દિવસ અને રાત્રીના દુષ્ટ સમયે શત્રુઓથી તારે રક્ષણ થાવ ( ૨૦ )

શુભં તેડયુતં હાયનાન્દે યુગે ગ્રીર્ણિં ચુત્તારિં કૃષ્ણઃ ।

इन्द्राग्नी विश्वे देवास्तेऽर्जु मन्थतामर्हणीयमानाः

॥ ૨૧ ॥

शरदे त्वा हेमन्ताय वसन्ताय ग्रीष्माय परिं दक्षसि ।

वर्षाणि तुभ्यं स्थोनानि येपु वर्धन्त ओषधीः

॥ ૨૨ ॥

मृत्युरींશે દ્વિપદાં મૃત્યુરીંશે ચતુષ્પદામ્ । તસ્માત્વાં મૃત્યોર્ગોપતેઠ્ઠરામિ સ મા વિમેઃ ॥ ૨૩ ॥

સોડરિષ્ટ ન મરિષ્યસિ ન મરિષ્યસિ મા વિમેઃ । ન વૈ તત્રં પ્રિયન્તે નો યન્ત્યષ્મં તમઃ ॥ ૨૪ ॥

સર્વો વૈ તત્રં જીવતિ ગૌરશ્ચઃ પુરુષઃ પશુઃ । યત્રેદં બ્રહ્મં ક્રિયતે પરિધિર્જીવનાય કમ્ ॥ ૨૫ ॥

અર્થ— ( તે શત્રુ હાયનાન્દે યુગે ગ્રીર્ણિં ચુત્તારિં કૃષ્ણઃ ) દિવસ અને રાત્રિના બે સંધિ છે. તેમજ ( ગ્રિણિ ) સર્પ, ગર્ભી અને વરસાદ આ ત્રણ કાલ અને ( ચત્તારિ ) બાલ્ય, તારૂપ્ય, મધ્યમ અને વૃદ્ધ આ ચાર અવસ્થાઓ છે, આ પ્રકારની જીવનને ( અ-યુતં કૃષ્ણઃ ) અવૃત્ત અથવા અખડિત કહે છે. ( इन्द्राग्नी विश्वे देवाः ) મહાગ્નીયમાનાઃ ) ઈન્દ્ર, અગ્નિ અને બધા દેવ સંકેત કર્યા વગર ( તે અનુમન્યન્તાં ) તારા જીવનને અનુમાદન આપે. [ ૨૧ ]

( શરદે હેમન્તાય વસન્તાય ગ્રીષ્માય ) શરદ, હેમંત, વસંત અને ગ્રીષ્મ આ ઋતુઓ માટે ( રવા પરિ-દક્ષસિ ) તને સોંપી દઉં છું. ( येपु ओषधीः वर्धन्ते ) જે ઋતુઓમાં ઔષધિ વધે છે, તે ( વર્ષાણિ તુમ્યં સ્થોનાનિ ) વરસાદની ઋતુ તમારા માટે સુખકારક થાય. [ ૨૨ ]

( મૃત્યુઃ દ્વિપદાં હંશે ) મૃત્યુ બે પદ્ય પ્રાણીઓ ઉપર અધિકાર જમાવે છે, ( મૃત્યુઃ ચતુષ્પદાં હંશે ) મૃત્યુ ચાર પદ્ય ઉપર અધિકાર ચલાવે છે. ( તસ્માત્ ગોપતેઃ મૃત્યોઃ ) તે જગતના સ્વામી મૃત્યુથી ( રવાં ઠઠ્ઠરામિ ) તને ઉપર ઊઠાવું છું. ( સ મા વિમેઃ ) એવો વૃં હવે મૃત્યુથી ડરતો નહિ. [ ૨૩ ]

હે ( અ-રિષ્ટ ) અદિંસિત માણસ ! ( સઃ ન મરિષ્યસિ ) એવો વૃં મરવાનો નથી. ( ન મરિષ્યસિ, મા વિમેઃ ) ચોક્કસ મરવાનો નથી માટે ડરતો નહિ. ( તત્ર ન વૈ પ્રિયન્તે ) ત્યાં મરતા નથી તેમજ ( અઘમં તમઃ નો યન્તિ ) કોન અધારા તરફ પશુ જતા નથી. [ ૨૪ ]

( યત્ર હવં બ્રહ્મા ) જ્યાં આ જ્ઞાન અને ( જીવનાય કં પરિધિઃ ક્રિયતે ) જીવન માટે સુખદાયક મર્યાદા કરાય છે ( તત્ર ) ત્યાં ( ગૌઃ અશ્વાઃ પશુઃ પુરુષઃ ) ગાય, ઘોડા, પશુ અને મનુષ્ય ( સર્વો વૈ જીવતિ ) બધા જીવિત રહે છે. [ ૨૫ ]

ભાવાર્થ— સૌ વરસનું દીર્ઘજીવન તને પ્રાપ્ત થાય અને આ આધુમાં બને સંધિકાલ, સર્પી, ગર્ભી અને વૃદ્ધિના ત્રણ સમય સુખકારક થાય. તારું જીવન તને બાલ્યકાલે ચાર અવસ્થા સાથે એક પછી એક ચલાક્રમ પ્રાપ્ત થાય. ( ૨૧ )

શરદ, હેમન્ત, શિશિર અને વર્ષા આ બધી ઋતુ તને સુખકારક થાય વરસાદના કારણે જે વનસ્પતિઓ ઉત્પન્ન થાય છે તે તારા માટે સુખ આપે. ( ૨૨ )

બધા દિવસ, ચતુષ્પદ પ્રાણીઓ ઉપર મૃત્યુ અધિકાર ચલાવે છે, તે મૃત્યુના શાસમાંથી બધાને બહાર કાઢું છું, હવે તો તું ખીતો નહીં. ( ૨૩ )

હવે તું મરશે નહિ, તેથી હવે ડરવાનું કોઈ કારણ નથી. જ્યાં કોઈ મરતું નથી અને જ્યાં અધાર નથી એવા સ્થાનમાં તને લાગ્યો છું. ( ૨૪ )

જ્યાં આ જ્ઞાન અને દીર્ઘજીવનની વિદ્યા છે ત્યાં ગાય, ઘોડા, મનુષ્ય વગેરે બધા દીર્ઘાયુ હોય છે. ( ૨૫ )

પરિં ત્વા પાતુ સમનેશ્વૌડમિચારાત્સર્વંધુમ્મયઃ ।

અર્મન્નિર્મવામૃતોડતિજીવો મા તે હાસિપુરત્સવઃ કરીરમ્

॥ ૨૬ ॥

યે મૃત્યવ્યૃર્કચતં યા નાદ્યા અંવિતાર્યાઃ । મુશ્વન્તુ તસ્માર્ચાં દેવા અર્ષેર્વેશ્વનરાદર્ષિ ॥ ૨૭ ॥

અમેઃ કરીરમસિ પારયિષ્ણુ રંદ્રોદામિ સપત્નહા । અર્ષો અર્મવિચારતનઃ પૂતુરુર્નામ મેશ્વજમ્ ॥ ૨૮ ॥

અર્થ— ( સમનેશ્વઃ સર્વધુમ્મયઃ ) સમાન બાધવેથી યનારા (મિચારાન્ ત્વા પરિપાતુ ) દુમ્મસથી તારે રક્ષણ થાવ. ધ્રુ ( સ-મન્નિઃ સમુતઃ યા અતિજીવઃ ) બક્ષીયુ, બખર અને દીર્ઘશ્રીગત. ( અસ્યઃ તે કરીરં મા હાસિપુઃ ) પ્રાણ તારા કરીરને ન ઝેડી ભવ. [ ૨૬ ]

( યે વૃક્ચતં મૃતયઃ ) ને એકસો એક મૃત્યુ છે, ( યા અંવિતાર્યાઃ નાદ્યાઃ ) ને પાર કરના થોમ નાક કરનારી છે ( તસ્માત્ ) તેથી ( દેવાઃ વેશ્વનરાત્ અમેઃ ) બધાદેવાં વેશ્વનર અગ્નિની શક્તિથી ( ર્ષાં ) તને ( અર્મ-મુશ્વજમ્ ) મુશ્વ કરે. [ ૨૭ ]

( અમેઃ પારયિષ્ણુ કરીરં અસિ ) અગ્નિનું પાર કરનારું કરીર ધ્રુ છે. ( રંદ્રોદા સપત્નહા અસિ ) થાકી અને સમુઓનો નાક કરનારો ધ્રુ છે ( અર્ષો અર્મવિચારતનઃ ) અને રેશ કર કરનારો ધ્રુ છે. ( પૂ-તુ-રુઃ નામ મેશ્વજં ) પવિત્રતા, વૃદ્ધિ અને ગતિ આપનારી આ ર્ષા છે. [ ૨૮ ]

ભાષાર્થ— તારા બધું બાંધેના-અર્મસિ-અર્મીથી તારે રક્ષણ કરે. ધ્રુ ધ્રુ આરોગ્યપુજા થઈ દીર્ઘાયુ થયો છે તારા પ્રાણ હવે તને ઝેડશે નહિ ( ૨૬ )

ને સેકડો પ્રકારે આવનારા મૃત્યુ છે અને તારાના ને અન્ય સાધન છે તે પરિવેશની રૂપાંતરી હર થાવ. ( ૨૭ )  
તૈશ્વસત્ત્વનું કરીર જ તારું છે, તેથી ધ્રુ થાવકોનો નાક કરનારો છે, ધ્રુ થોતે રેશને હર કરનારો છે વારી અંદર પવિત્રતા, વૃદ્ધિ અને ગતિ કરવાની શક્તિ છે તે વડે ધ્રુ દીર્ઘાયુ થા. ( ૨૮ )

## દીર્ઘશ્રવન

દીર્ઘાયુ થવાનો ઉપાય

મૃત્યુનો સર્વાધિકાર

દીર્ઘાયુ જનવાની ઇચ્છા કરેક પ્રાણીના અંતરમાં રહે છે. પણ મૃત્યુનો અધિકાર બધા ઉપર એક સરખો હોય છે. તે વિશે આ સૂક્તમાં કહ્યું છે—

મૃત્યુરીયો દિવશાં મૃત્યુરીયો ચતુષ્પદામ્ ।

( યં. ૨૩ )

‘ દિવાદ અને ચતુષ્પદા આ બધા જ પ્રાણીઓ ઉપર મૃત્યુનો અધિકાર છે, દિવાદ પાછી એટલે બે પચ્ચ બેઠકે મનુષ્ય, ૪’ની વગેરે. ચતુષ્પદા પ્રાણી ચાર પગવાળા જાનવર વગેરે હોય છે. આ સિવાય બીજા બહુપદા અથવા અપદા પ્રાણીઓ છે તે બધા જ ઉપર મૃત્યુનો અધિકાર છે. એટલે

કે મૃત્યુના આધીન આ બધા પ્રાણીઓ છે. મૃત્યુના અધિકાર બહારનો કોઈ નથી, બધાની છેલ્લી અંતિ મૃત્યુના આધીન હોય છે. મૃત્યુ બધા સુધી આ લોકમાં આ પ્રાણીઓને રહેવા દેશે ત્યાં સુધી તે રહેશે અને ને દિવસે મૃત્યુ પ્રાણીને ઉઠાવી લેવા ઇચ્છશે ત્યારે તે પ્રાણીઓ આત્મા બરી. તેથી મૃત્યુ પાસે દયાની લીધ મળે છે—

મૃત્યો દમં દયસ્વ । ( યં. ૮ )

‘ હે મૃત્યો ! આની ઉપર દયા કર. ’ સર્વાધિકારી હોય છે, તે કંઈ થોડો દયા બતાવશે તોજ આપણું કાર્ય સહેલું જનશે અને જો તે પ્રાણીઓ ઉપર કાપ કરશે તો પછી તેમનું રક્ષણ કેળવ કરશે કે પછુ ‘ અર્જુ ’ જેવી મૃત્યુના હાથમાં સર્વાધિકાર હોવા છતાં તે નિયમોના આધિન છે. તે પણ વિશેષ નિયમોથી ચાલે છે, તેથી તેની પ્રસજતા થવાના કેટલાક નિયમો

છે. તે નિયમે અનુસાર ચાલનારાઓને સામ થાય છે. તેથી તે નિયમોનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ, તે જ્ઞાનને ઉપદેશ કરવો જોઈએ. તેજ ઉપદેશ કરવા જેવો વિષય છે. તેથી જ કહ્યું છે—

જીવનીય વિદ્યાનો ઉપદેશ

જાગિમ્હિ । ( મં. ૭ )

જાસે જાગિ મ્હિ । ( મં. ૮ )

જાસે જાગવર્મ કૃપાસિ । ( મં. ૧૦ )

સર્વો વે તત્ત્વ જીવતિ ત્વિરશ્વઃ પુરુષઃ પત્નુઃ ।

યત્રેવં પ્રજા ક્રિયતે પરિધર્મોવચાય કમ્ ॥

( મં. ૨૫ )

“ મનુષ્યોને આ જીવનીય વિદ્યાનો ઉપદેશ કર. મનુષ્યોને દીર્ઘાયુ જનવાના નિયમોને ઉપદેશ કર. જેમાં જ્યાં સુધી જીવન છે ત્યાં સુધી સુખપૂર્વક રહેવાનો અને દીર્ઘજીવનના નિયમોનું જ્ઞાન બધાને ઉપદેશ દ્વારા અપાય છે, ત્યાં મનુષ્ય તો દીર્ઘજીવી થાય જ પણ તે દેહના માથ, યોગ્ય વગેરે વસ્તુ વસ્તુ દીર્ઘજીવી થઈ જાય છે. ”

દીર્ઘજીવની વિદ્યા છે, તેમાં પ્રાણીઓ માટે દીર્ઘજીવ પ્રાપ્ત કરવાના નિયમો છે. તે જીવનીય નિયમોનું જ્ઞાન જનવાને આપવા માટે ઉપદેશો નીમવા જોઈએ. તેમનું કામ એ કે તેઓએ ગામમાં જવું, ત્યાંની જનતાને જીવનકામ જોવો, તેમના વ્યવહાર જોવા અને તેમની રહેણીકરણીને અનુસરી તેમનું દીર્ઘજીવન થવા માટે તેમને યોગ્ય ઉપદેશ આપવો. આ પ્રકારે દરેક ગામમાં લોકોને ઉપદેશ આપવા તેમનાથી જે બુદ્ધિ યતી હશે તે વિશે તેમને સમજાવવું અને તેમના જીવનમાં એવું પરિવર્તન લાવવું કે જેથી દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત થવા માટે યોગ્ય એવા દરરોજના વ્યવહાર તેઓ કરી શકે.

જ્ઞાનનું કવચ

આ સૂક્તમાં ૧૦ મંત્રમાં ‘ પ્રજ્ઞા ધર્મ ’ એટલે ‘ જ્ઞાનરૂપી કવચ ’ બનાવવા વિશે કહ્યું છે. જ્ઞાન આ મોટું કારણ કવચ છે. ખીમ કવચો શુદ્ધ કહેવાય બધાથી વિશેષ પ્રભાવશાલી કવચ જ્ઞાનનું કવચ છે. જ્ઞાન કવચ કરતા ખીમ બધા કવચો ઉત્તરતા અથવા. આ કારણે જેણે જ્ઞાનનું કવચ પહેરી લીધું છે તે બધાથી વધારે સુરક્ષિત હોય છે. આ સૂક્તમાં તે અર્થો

સુધી કહ્યું છે કે જેણે જ્ઞાનનું કવચ પહેર્યું છે તેને મૃત્યુની ખબર ખીક દોતી નથી. એટલું જ્ઞાન કવચનું સામર્થ્ય છે. મૃત્યુનું સામર્થ્ય બધાથી વધારે છે, પણ જે મનુષ્ય જ્ઞાનનું કવચ પહેરે છે તેની ઉપર મૃત્યુના કસો પળ કાપ કરી શકતા નથી. જ્ઞાનનું કવચ જેણે પહેર્યું છે તે મૃત્યુના પાશોને તોડી શકે તે. જુઓ—

અયમુચ્ચમ્મૃત્યુપાશાનશસ્તિ । ( મં. ૨ )

દેવાર્નાં હેતિઃ સ્વા પરિ વૃણક્તુઃ । ( મં. ૬ )

“ મૃત્યુના પાશોને અને અજાનિના બંધનોને તોડી નાંખો, દેવાના શસ્ત્ર તને વર્ષિત કરે. ” એટલે કે દેવના કસો તારી ઉપર ન પડે. આ અવસ્થા ત્યારે થાય છે ત્યારે મનુષ્ય જ્ઞાનરૂપી જખતર પહેરી લે છે. જ્ઞાનનું કવચ પહેરેલા મનુષ્યને મૃત્યુના પાશ બાંધી શકતા નથી, કુર્મતિ તેની પાસે આવતી નથી, દેવાના શસ્ત્રો તેના ઉપર થા કરી શકતા નથી. એટલું સામર્થ્ય તેમાં હોવાથી તે જીવનીય વિદ્યાનું જ્ઞાન માણસે પ્રાપ્ત કરી લેવું જોઈએ. આવા જ્ઞાન બળથી જ્ઞાની માણસ મૃત્યુને પણ આઠા આપવા સમર્થ બને છે. જુઓ—

મૃત્યો મા પુરુષં યધીઃ । ( મં. ૫ )

દેવાર્નાં હેતિઃ પરિ સ્વા વૃણક્તુઃ ।

પારત્યામિ સ્વા મૃત્યોરણીપરમ્ ।

આરાદ્ધિમ્ કલ્પ્યાન્ નિરુદ્ધમ્ ॥ ( મં. ૬ )

યત્તે નિયાતે રજસં મૃત્યોઃ અનવધર્મ્યમ્ ।

પથ ર્શ્મં તસ્માદ્વક્ષન્તો પ્રજ્ઞાસી ધર્મ કૃપાસિ ॥

( મં. ૧૦ )

યેયસ્યતેન પ્રદિતાત્મ્યમ્કૃતાંચરતોડવલેષામિ

સર્વાન્ ।

( મં. ૧૧ )

તસ્માત્સર્વા મૃત્યોર્ગોપતેચ્છ્રામિ સ મા વિમેઃ ॥

( મં. ૨૩ )

“ હે મૃત્યો! હવે તું આ પુરુષોના વધ કરતો નહિ. દેવાના કસો વડે તેનો વધ થાય. હું આ જ્ઞાનથી એને રજ તમગથી મૃત્યુથી પાર કરું છું. પ્રેતરાહક અમિથી પણ એને દૂર રાખું છું. હે મૃત્યો! જે તારો રજ-તમ પુકત માર્ગ છે અને જે અજ્ઞેય છે, તે માર્ગથી અમે એનો બચાવ કરીએ છીએ. કારણ કે અમે જ્ઞાનરૂપી કવચ એના માટે બનાવ્યું છે. આ જ્ઞાન વડે અમે બધા યજ્ઞોતેનો પણ દૂર દટાવી કઢીએ છીએ. મૃત્યુથી અમે તેને ઉગારી લઈએ છીએ, હવે દેવવાનું કામ કારણ નથી. ”



આ જ્ઞાનરૂપી કવચનો અદિમા છે. જ્ઞાની મનુષ્ય મૃત્યુને પશુ કહી કહે છે, 'હા, આ વખતે અને મરવા પશુ કુરસત નથી, ન્યારે સમય મળશે ત્યારે જોવારી.' જ્ઞાનીને મૃત્યુના પાસ બાંધી શકતા નથી. રેવોના સ્થલ તેની ઉપર બા કરી શકતા નથી. માર્મર્મા મૃત્યુના કાપથી રક્ષાય કરનાર એક માત્ર જ્ઞાન જ છે. પમદ્વિતોનું કાપ દૂર કરનાર શુદ્ધ જ્ઞાન જ હોય છે. આ પ્રકારે આ જ્ઞાનનો જ અપકાર છે.

ન્યાં ન્યાં વેદમત્રિમાં મૃત્યુનું કાપ દૂર કરવાની વાત કહી છે, ત્યાં આ જ્ઞાનથી જ મૃત્યુભય દૂર થાય છે એમજ સમજવું જોઈએ. મૃત્યુનું ભય દૂર કરનાર જ્ઞાન પશુ વિરૂપત છે. આયુર્વેદ આ શ્રવનીય જ્ઞાનને પ્રકાશિત કરે છે. તેનું સરાશરૂપે વશુન વેદમત્રિમાં રથાને રથાને બાવે છે. આ સક્રતમાં પશુ તે જ્ઞાન યોગ્ય આયુ છે, જુઓ—

રજસ્તમઃ મા ઉપગાઃ । મા પ્રમેષ્ઠા ॥ ( મં. ૧ )

"૧જ એટલે ભોગ શ્રવન અને તમ એટલે જ્ઞાનહીન શ્રવન આ બે હીન શ્રવનો તને પ્રાપ્ત ન થાય. તે બંનેથી દૂર રહેવાથી તું મરીશ નહિ." આ મત્ર શ્રવનીય વિદ્યાનો એક મુખ્ય મત્ર છે. રમેશ્રુથી શ્રવન અને તમેશ્રુથી શ્રવન આપુષ્પનો નાશ કરે છે. એવું શ્રવન બંધિત કરવું નહિ, જેથી મૃત્યુથી બચવું અશક્ય થાય. રમે અને તમેશ્રુથી શ્રવનનું ૧૭ અને ક્ષણે ભગવદ્ ગીતામાં કહ્યું છે—

કદમ્બલલઘનારધુષ્ણતાંકુલકક્ષવિદ્યાહિનઃ ।

આદારા રાજસસ્વેષ્ટા દુઃશ્ચોક્તામયમદ્ઘાઃ ॥ ૧ ॥

યાતયામં ગતરસં પૂતિપયુર્વતે ચ યત્ ।

વચ્છિદ્ધમપિ જામેષ્યં મોજનં તામસમિયમ્ ॥ ૧૦ ॥

( મં. ગી. અ. ૧૭ )

રજો રાગાત્મકં ચિદ્ધિ વૃષ્ણાસંજ્ઞસમુદ્ભવમ્ ।

તાન્નિવષ્ણાતિ કૌતેય કર્મસંગેન દેહિનમ્ ॥ ૭ ॥

તમસ્યજ્ઞાનસં ચિદ્ધિ મોહનં સર્વવેદિનામ્ ।

પ્રમાદાલસ્યનિદ્રામિસ્તિવષ્ણાતિ મારસ ॥ ૮ ॥

જ્ઞાનમાકૃત્ય મ્હુ તમઃ પ્રમોદે સંજયતયુત ॥ ૯ ॥

અપ્રકાશોડપ્રવૃત્તિચ પ્રમાદો મોહ યય ચ ।

તમસ્યેતાનિ જાયતે વિદુઃ કુલનન્દન ॥ ૧૧ ॥

રજસિ પ્રલયં ગત્વા કર્મસક્તિયુ જાયતે ।

તથા પ્રલીનસ્તમાસિ મૃદયોનિષ્ઠુ જાયતે ॥ ૧૫ ॥

રજસસ્તુ ફલં દુઃખમજ્ઞાનં તમસઃ ફલમ્ ॥ ૧૬ ॥

સત્યાર્સંજાયતે જ્ઞાનં રજસો લોમ યય ચ ।

પ્રમાદમોહી તમસો મયતોડ્ઝાનમેવ ચ ॥ ૧૭ ॥

ઋર્ષ્યં ગચ્છન્તિ સત્યસ્થા મધ્યે તિષ્ઠન્તિ રાજસાઃ

અધર્યગુણવૃત્તિસ્થા અધો ગચ્છન્તિ તામસાઃ ॥ ૧૮ ॥

( મં. ગી. ૧૪ )

"કર્મ, ખાદ્ય, પાન, વસ્ત્ર, મરમ, લીધું, રક્ત અને પેટમાં લાગતી એવો આદાર રાજસ લોહિને કાવે છે અને તે દુઃખ, શોક અને રોગ ઉત્પન્ન કરનારો હોય છે. તથા ક્ષણ પહેલાં બનાવેલો, રસરસિત, અશાશ વાસવાનો, રાત્રી કરી રાખેલો, હેંદો અને અપવિત્ર યોગ્ય તામસ લોહિને કાવે છે.

"રમેશ્રુથી શ્રવણ દોવાથી તૃપ્ત અને આલસિનું મૂળ છે. તે ૧૬ ધારણ કરનારા મનુષ્યને કર્મપાશમાં બાંધે છે. તમેશ્રુથી અજ્ઞાન મૂક છે, તે બધા દેહધારી માનવીને મોહમાં સ્પર્શવે છે અને તેને અસાવધાની, આગસ્ટ અને નિદ્રાના પાશમાં બાંધે છે. તમ જ્ઞાનને દારી પ્રમાદ કરે છે. ન્યારે તમે શ્રુથી રૂંદિ થાય છે ત્યારે, અજ્ઞાન, મનદા, અસાવધાની અને મોહ પેદા થાય છે. રમેશ્રુમાં મૃત્યુ સ્વાધી દેહધારી કર્મસંનિઓમાં જન્મ થાય છે અને તમેશ્રુમાં મરવાથી મૂર્ચ્ચાનિમાં પેદા થાય છે. રમેશ્રુનું ૧૭ દુઃખ અને તમેશ્રુનું ૧૭ અજ્ઞાન છે. સરવશ્રુથી જ્ઞાન, રમેશ્રુથી ભોલ અને તમેશ્રુથી અસાવધાની, મોહ અને અજ્ઞાન ઉત્પન્ન થાય છે. સારિત્વ મનુષ્ય ઉપર હોય છે, રાજસ મધ્યમાં રહે છે અને હીનશ્રુથી કરણ તમેશ્રુથી અધોભાતિ પામે છે."

આ પ્રકારે રમેશ્રુ અને તમેશ્રુથી અવનતિ થાય છે. ખાદ્ય આ સક્રતમાં કહ્યું છે કે (રજઃ તમઃ મા ઉપગાઃ) રમેશ્રુ અને તમેશ્રુ પાસે જતા નહિ. કારણ કે તેથી અવનતિ નિશ્ચત થશે જ. રમેશ્રુ અને તમેશ્રુથી રોગ પણ વધે છે અને આકાલે મૃત્યુ પણ થાય છે, ખાદ્ય રમેશ્રુ અને તમેશ્રુપાસે ન જવું જોઈએ એવો ને ઉપદેશ આ સક્રતમાં આપ્યો છે તે અત્યંત ગદ્ગદનો છે. દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છતારે તે ઉપદેશ તરફ આસ પાળ આપવું. તે ઉપદેશ રૂંદિ આરપૂર્વક જીવવાર કહ્યો છે—

ન વૈ તત્ર ધ્રિયન્તે નો યન્થધર્મં તમઃ ।

સોડરિષ્ટ ન મરિપ્યસિ ન મરિપ્યસિ, મા વિમેઃ ॥  
( મં. ૨૪ )

“ જે હીન તમોગુણને સ્વીકારતા નથી તે મરતા નથી, તે હિંસિત થતા નથી, નિશ્ચયથી તે મરતા નથી, માટે તે જીવતા નહિ. ” અહીં કેટલું ભારપૂર્વક કહ્યું છે જુઓ. જે તમોગુણની પાસે જતો નથી તે મરતો નથી; કારણ મરવાનો અર્થ જ એ છે કે તમશ્ચ અધિકારથી ઘેરાયે જવું. જે તમોગુણને પોતાની અંદર વધવા ફેરો નહિ તે અધિકારથી કેવી રીતે ઘેરાયે જશે ?

અધિકારે પ્રકાશવર્તુળને ઘેરી લેવું, પ્રકાશવર્તુળ નાનકડું થવું તે શ્વેતુ છે. આ વિષે પ્રથમસ્કતની સમાસોચનામાં લખ્યું છે તે જુઓ. તે આ મંત્રની સાથે વાંચવાથી આ મંત્રનો આશય સારી રીતે ધ્યાનમાં આવશે. તમોગુણ વધવાથી શ્વેતુની સંભાવના છે, માટે શાસ્ત્રકારોએ કહ્યું છે કે તમોગુણથી દૂર રહે. બાલ કારણથી જે શ્વેતુ થાય છે તેને પણ હટાવવાં જોઈએ. તે કારણે નીચેના મંત્રોમાં આખા છે—

આરાદરાતિં નિર્ક્ષતિં પરો પ્રાદિં ક્રવ્યાદ-પિશાચાન્ ।  
રક્ષો યત્ સર્વં ધુર્મતં તન્મ દવાપ દુર્મસિ ॥

( મં. ૧૨ )

પરિત્યા પાતુ સમાનેશ્વોડમિચારાત્સર્વધુમ્યઃ ।

અમન્નિર્મંથામૃતોડતિજીઘો મા તે હાસિપુરલષઃ  
શરીરમ્ ॥

( મં. ૨૬ )

યે મૃત્યવ્ય એકશતં યા નાપ્ત્વા મતિતાર્યાઃ ।

મુચ્ચન્તુ તસ્માર્ચાં દેષા અર્ધેશ્વાનરાદધિ ॥

( મં. ૨૭ )

આ મંત્રોમાં શ્વેતુના જુદા જુદા કારણો કહ્યાં છે, તેનું અનુક્રમે વિવરણ જુઓ—

૧ અરાતિ = જે ( રાતિ ) પરોપકાર કરતો નથી, સ્વાર્થો જીવન ગણે છે, તેને અરાતિ કહે છે. કંલુસ અરાતિ છે. જે બધા ભોગો પોતે આંકેલો જોમવા માગે છે તેને અરાતિ કહે છે; તેવી રીતથી આશુ ક્ષીણુ બને છે.

૨ નિર્ક્ષતિ = [ નિર્ક્ષતિ વિષે પહેલા સૂક્તના વિવરણમાં પણ વિસ્તારથી લખ્યું છે ] આ દુર્ગતિથી આશુષ્યનો હાથ થાય છે.

૩ પ્રાદિ = પ્રાદી તે રોગોનું નામ છે જે દીર્ઘકાલ સુધી રોગીને ઊંડા નથી, પકડી રાખે છે. જે જલ્દી દૂર થતા નથી. આ રોગોથી બચવું જોઈએ. કારણકે તેથી આશુ ક્ષીણુ બને છે.

૪ ક્રવ્યાદ = માંસ ખાનારા, આ પણ રોગજન્યો છે જે રોગીનું માંસ ખાતા રહે છે અને રોગીને કૃશ-નબળો બનીવે છે. સિંહ-આદિ પશુઓને પણ ક્રવ્યાદ કહેવાય છે. નરભક્ષક મનુષ્યને પણ ક્રવ્યાદ કહેવાય છે. આ પ્રકારે ક્રવ્યાદ અનેક પ્રકારના છે. તેમનાથી બચવું જોઈએ, દીર્ઘ-જીવન ઇચ્છનારાઓએ તેમના તાલે ન થવું જોઈએ.

૫ પિશાચ = શરીરનું લોહી પીનારા અને માંસ ખાનારા, રોગજન્ય અને પૂર્વોક્ત હિંસકપ્રાણી પિશાચ છે. તેમનાથી પણ બચવું જોઈએ.

૬ રક્ષઃ = રક્ષણ કરવાના બહાને પાસે આવે છે અને કપટથી સર્વસ્વ હરી લે છે. આ તો રોગજન્ય પણ છે. તેમજ સામાજિક અને રાજકીય ક્ષેત્રમાં અત્યાચારી શત્રુ પણ તેમાં ગણાય છે. રક્ષક સ્વરૂપથી તે બધાનો બોધ થાય છે.

૭ દુર્મૃત = જે કંઈ પણ ખરાબપણું છે તે બધું જ દૂર કરવું જોઈએ. દરેક પ્રકારની ભુરાઈને હટાવવી જોઈએ.

૮ ત્મઃ = અજ્ઞાન, હીનતા વગેરે બધા તમોગુણના પ્રકાર દૂર કરવા જોઈએ. તેથી દરેક પ્રકારની અવનતિ થાય છે અને જીવન અધવાયુ થાય છે.

૯ રજઃ = [ વિષે પહેલાં લખ્યું જ છે, આ શબ્દ ૮ માં કહ્યા બીજા સૂક્તમાં નથી; તે પહેલાં સૂક્તમાંનો અહીં લીધો છે. ]

૧૦ અમિચાર = સમાનેશ્વઃ સર્વધુમ્યઃ અમિચારઃ ) આપણા જેવાં, જે આપણી સમ્યક્તાવાળા ભાઈઓ છે, તેમના તરફથી દુઃખલા થાય છે. આ દુઃખલા વિષાતક હોવાથી તે કારણે વિષતિ અને શ્વેતુ પણ થાય છે. તેથી પોતાના બધું-બાંધવોમાં એક વિચાર હોવો જોઈએ જેથી આશુ-વધવામાં મદદ થાય છે. આ એક પ્રકારના દુઃખલા થવા, એવા બીજા પ્રકારના દુઃખલા પણ હોય છે; ( ચિત્રમેશ્વઃ અવનચ્ચુચ્ચઃ અમિચારઃ ) આપણાથી તદન જુદો એવી સંસ્કૃતિના શત્રુઓ વડે જે દુઃખલા થાય છે તેથી પણ અકાળે શ્વેતુ થાય છે. તેથી આ પ્રકારના શત્રુ હમેશ માટે દૂર કરવા

કરશે તે નિયમપૂર્વક ચાલવાથી તેને સાબ અવરુપ થશે જ. આ મંત્રથી તેવે રિશાસ દરેકના મનમાં નિર્માણ થઈ શકે છે. નિયમપૂર્વક ચાલનારની કદિ અધીરનિ થતી નથી. જનવેદસ અગ્નિ પામેથી દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરના વિષે નીચેના મંત્રમાં કહ્યું છે—

મયેષ્ટે વ્રાણમમૃતાદાયુષ્મતો યન્થે જાતયેદસઃ ।

યથા ન દિવ્યા અમૃતાઃ સજૂરસસ્તંતે કૃણોમિ  
તદુત્તે સમૃદ્ધયતામ્ ॥ (મં. ૧૩)

“ તારે પ્રાણ, આયુષ્ય વપારનાર જનવેદ અગ્નિથી પ્રાપ્ત કરે છું. જેથી તું અમર થઈ મરીશ નહિ. આ તારું અમરત પ્રાપ્તિનું કામ સફળ થાય. ” જનવેદ અગ્નિથી દીર્ઘાયુ પ્રાપ્તિને સંભવ આ મંત્રમાં ખતાવ્યો છે અગ્નિ આયુ આપનાર છે, જ્ઞાન અને ધન, શ્રવન અને અમરત આપનાર છે. વેદમાં અગ્નિદેવતા આ કામ વધુન કામ છે. અગ્નિ પારોથી આ શુભો કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરના જોઈએ તેનો વિચાર વાચકોએ કરવો અમને લાગે છે કે અગ્નય-ધર્મ નિદિષ્ટ સોનું પાને વગેરે પદાર્થના પ્રયોગથી તેમજ લક્ષ્યાતક, કેશર, ચિત્રક વગેરે વનસ્પતિના પ્રયોગોથી મનુષ્ય નિરોગીતા અને દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે તે સિવાય અગ્નિ સમ્બંધેના અર્થ જહરાગ્નિ પણ છે અને જેના સ્તરીમાં આ અગ્નિ સારી અવસ્થામાં છે તેને નિરોગીતા અને દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત થવામાં થ ॥ નથી તેમજ જે ઔષધિ પ્રયોગ વડે જહરાગ્નિ ઉત્પન્ન કામ કરનારો હોય છે તે બધા ચિત્રિસાના પ્રયોગો આમાં સમાવિત થઈ શકે છે.

જહરાગ્નિ

જહરાગ્નિ ચાર પ્રકારનો હોય છે. મન્દ, તીક્ષ્ણ, વિષમ અને સમ, એ આ જહરાગ્નિના ચાર ભેદ છે તેનું વૈવેક જાણનાર આ પ્રકારે વર્ણન આપે છે—

મન્દસ્તીકણોડય વિષમઃ સમઘોષિ વયુર્વિધઃ ।

કફવિનાનિલાધિકયાન્તસામ્યજ્ઞાતરોડનલઃ ।

વિષમો વાતજ્ઞાતરોગાન્તીકણઃ પિત્તનિમિસકાન્ત ।

કતોત્પત્તિસ્તથા મન્દો વિકારાન્ત્ત્વકસંમધાન્ ॥

સમા સમોદ્ગરશિતા માશ્વા સમ્યગ્વિવપચયતે ।

સ્વત્યાપિ નૈવ મન્દોદ્ગોર્થિપમાગ્નેસ્તુ વૈદિજઃ ॥

કદાચિત્પચયતે સમ્યક્કદાચિત્ત્વ ન પચયતે ॥

તીક્ષ્ણાગ્નિરિતિ તં વિદ્યાત્સમાગ્નિઃ શ્રેષ્ઠ યજ્ઞયતે ॥

(આ. નિ )

“ વિષમ જહરાગ્નિ વાતરોગો નિર્માણ કરે છે, તીક્ષ્ણ અગ્નિ પિત્તરોગ વધારે છે, મન્દાગ્નિ કફવિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. સમાગ્નિ ઉત્તમ પ્રમાણમાં આયુષ્ય અન યોગ્ય રીતિથી પચાવે છે, મન્દાગ્નિ, તીક્ષ્ણાગ્નિ અને વિષમાગ્નિ આ ત્રણ અગ્નિ સારા નથી તેમનાથી પચનક્રિયા કદિ થાય છે, કદિ થતી નથી પરંતુ જે સમાગ્નિ છે તે સર્વથી શ્રેષ્ઠ છે. ” એટલે આરોગ્ય અને દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરવાની કસ્ટી શખનારા લોકોએ સમાગ્નિ પોતાનામાં રિધર કરવો જોઈએ આ અગ્નિનું સ્થાન પોતાના રેદમાં જુઓ—

વામપાર્શ્વાધિતં નામોઃ કિઞ્ચિત્સોમસ્ય મણ્ડલમ્ ।

તન્મયે મણ્ડલં સૌર્વે તન્મયેડગ્નિર્વ્યવિષ્ણતાઃ ॥

અરાયુમાત્રપચ્છન્નઃ કાચ્ચકોશસ્ય રીવયત્ ॥ (બા )

તેમજ—

સર્વો વિદિધિ યથા તિષ્ઠન્ તજોયુક્તૈર્ગમરિતમિઃ ।

વિગ્રોવયતિ સર્થાણિ પચ્છલાનિ સર્વોસિ ચ ॥

તદ્વચ્છતીરિણાં મુક્તં જ્વલનેનામિમાઘિતઃ ।

મયૂલૈ પચયતે ક્ષિપં નાનાવ્યજ્ઞનસંસ્કૃતમ્ ॥

ચૂલકાણેષુ સાવેષુ વયમાત્રઃ પ્રમાણતઃ ।

કુમોર્કાત્પતત્તેષુ ચાલમાઘોડવનિષ્ઠતે ॥

(૧૨૦ પ્રો )

“ દુડીના ૩ મ જાગે સોમન ડવ છે, મધ્યમાં સૂરજનું મન્દ્ર છે, તેમાં અગ્નિ ઠીક રીતે રહ્યો છે. જેમ કંઈની આડે દિવા હોય તેમ ” આ અગ્નિને સમ શખવાનું કામ માણસનું છે. બધા વેદોએ પણ આજ કામ કરવું જોઈએ. તેજ રીતે-જેમ સૂરજ આકાશમાં રહી પોતાના કિરણો વડે બધા જગત્ સ્થાનોને સુકાવે છે, તે રીતે આ જહરાગ્નિ પ્રાણીઓએ આયુષ્ય અન પોતાના કિરણો વડે પચાવે છે. રશૂન રૂઢવાળા પ્રાણીઓમાં જહરાગ્નિ જવ જોડેલા હોય છે આરોગ્ય નાના શ્રવણ પ્રતિભા તે વાળ જોડેલા હોય છે. ” તેના વડે બધા જનનું પચન થાય છે, આશરૂ રિધર રહે છે અને દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત થાય છે. જેમ સૂરજની સામે મનુષ્ય વાણી આવવાથી અથવા પેવાત્તજ્ઞાનિ દત્તા અનેક દિવસો સુધી રહેતાથી, સ્વસ્થકિત પ્રાપ્ત ન હોવાના કારણે પ્રાણીઓની પચન શક્તિ ઠીક થાય છે, તેજ પ્રકારે પ્રાણીઓની અંદરનો જહરાગ્નિ પ્રતીત રિધિતમાં ધણે સમય ન રહ્યો તે પચનશક્તિ ઓછો થાય છે, રોગ વધે છે અને શ્રવનની મર્યાદા ઠીક થાય છે, આ પ્રકારે જહરાગ્નિ સમ અને

વિષમ રિયતિ એડે પ્રાણીઓની જીવન મર્યાદા સંબંધિત છે. તે કારણે ( મંત્ર ૧૩ માં ) અગ્નિને એટલે જહરાગ્નિને ( આયુષ્મત્ ) જીવનવાળો એટલે જીવન વધારનારો, જેની પાસે આયુ છે, ( અમૃતઃ ) અમર, રોગ વગેરે ઓછા કરનારો, જેની પાસે રોગ અને મૃત્યુ આવતા નથી, ( ઝગ્રોઃ પ્રાણં ) આ જહરાગ્નિથી પ્રાણશક્તિ, જીવનશક્તિ વધે છે વગેરે વિશેષણો યોગ્ય છે આ બધા વિશેષણોના અર્થથી વર્ણવેલો એવો જહરાગ્નિ છે એમ સમજવું જોઈએ. તેના નીચે આપેલા સંસ્કૃતનામો શરીરમાં રહેતા જહરાગ્નિનેડે કેવા બંધ બેસતા છે તે જુઓ—

- ૧ તન્ન-ન-પાત્ત = શરીરને ન પાડનારો, શરીરનું પતન ન થવા દેનારો.
- ૨ પાવક = પવિત્રતા કરનારો.
- ૩ હૃતમુક્, હૃદયમુક્ = અગ્નિ ખાનારો.
- ૪ પાચનઃ = પચન કરનારો.
- ૫ આશ્વયાશા, આશ્વાયાશઃ = પેટમાં મળેલું અગ્નિ ખાનારો.

આ જહરાગ્નિના નામે કેટલા સાધું છે તે વાચક જોઈ શકે છે. આ પ્રકારનું જહરાગ્નિનું વર્ણન વૈદ્યક ગ્રંથોમાં છે. હવે અગ્નિના શુદ્ધ વૈદ્યશાસ્ત્રમાં કયા લખ્યાં છે તે જોઈશું—

( અગ્નિ તાપઃ ) વાતકફલ્લગ્નતાશીતકમ્પન્નઃ ।  
અમાશયકરઃ રક્તપિત્તકોપનચ ॥ ( રાજ ૦ બા ૦ )

' અગ્નિને તાપ વાત, કફ, રત્તબ્ધતા, શીત અને કંપને દૂર કરે છે, રક્ત અને પિત્તને પ્રકાશ કરે છે. આભાશય એટલે પેટને ઠીક કરે છે. ' જો અગ્નિતાપથી પશુ વાત, કફ અને શીત સંબંધિ રોગોમાં લાલ થાય છે તો દરરોજ હવન કરનારાગ્નિ અને હવનના અગ્નિથી પેતાનું શરીર તપાવનારા લોકોને ઓછામાં ઓછો આવા રોગોથી તો બચાવ પ્રાપ્ત થાય છે. હવન વડે આ એક લાલના વૈદ્યક ગ્રંથોના પ્રતિપાદન દ્વારાસિદ્ધ થયો છે. હવે ઔષધિ ઉપયોગનો વિચાર કરીશું—

ઔષધિ પ્રયોગ

દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરવાના અનેક ઉપાયો છે, તેમાં ઔષધિ સેવન આ પશુ એક ઉપાય છે. યોગ્ય ઔષધિઓનું યોગ્ય રીતે સેવન કરનાથી રોગ દૂર થાય છે. આરોગ્ય વધે છે અને દીર્ઘ-જીવન પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી આ સક્રિયતા કહ્યું છે—

દર્શાં અમૃતસ્ય શ્નુષ્ટિં આરમ્ભસ્વ । ( મં. ૧ )

' હે મનુષ્ય ! તું આ અમૃતરસનું પાન કરવાનો આરંભ કર, ' એટલે જો જીવનવધ'ક ઔષધિરસ છે તેમનું યોગ્ય રીતે સેવન કર ! ' અમૃત-શ્નુષ્ટિ ' નો અર્થ અમરત્વ આપનારું રસપાન છે. એવા રસનું સેવન કરવું જોઈએ કે જે અમરપણને વધારનારું હોય. અમરપણનો અર્થ દીર્ઘ-જીવન, દીર્ઘ આરોગ્ય અને રોગોથી પૂર્ણપણે દૂર રહેવું. જે ઔષધિરસો આ શુદ્ધોને વધારે છે તેમનું સેવન કરવું યોગ્ય છે. તેથી કહ્યું છે—

કૃણોમ્યસ્મૈ મેધજં, મૃત્યો મા પુરુષં વર્ધીઃ ॥ ( મં. ૫ )

' આ માથુસ માટે રોગ જતો રહે એ ઉદ્દેશ્યથી હું દવા ખનાવું છું. હે મૃત્યો ! હવે આ પુરુષનો વધ કરતો નહિ ' આ મંત્રમાં રપષ્ટ છે કે પહેલાં કહેલી વિવિધ પ્રકારની ચિકિત્સા-ઓ વડે માથુસ પૂર્ણ રોગ મુક્ત થાય છે અને તેનું મૃત્યુભય દૂર થઈ જાય છે, આ રીતે નીચેના મંત્ર જુઓ—

જીવલાં નચારિયં જીવન્તીમોપચીમહમ્ ।

ત્રાયમાણાં સહમાનાં સહસ્વતીમિદ્ધ હુવે દમા  
અરિદ્ધનાતયે ॥ ( મં. ૬ )

' હું આ રોગીના સુખનો વિસ્તાર કરવા માટે જીવન આપનારી અને કદિ કોઈ જાતનું નુકસાન ન કરનારી, રક્ષણ કરનારી, રોગને હટાવનારી, બળ વધારનારી જીવન્તી નામની ઔષધિ આપું છું. ' આ મંત્રમાં જીવન્તી ઔષધિનો ઉપયોગ કરવાનું વિધાન છે. આ ઔષધીનું નામ જીવન્તી એટલા માટે છે કે આ ઔષધિ માથુસને દીર્ઘજીવન આપે છે. ( ત્રાય-માણા ) રોગોથી બચાવે છે, આરોગ્ય આપે છે, ( સહસ્વતી ) બળ આપનારી છે, મનુષ્યને બસશામી કરનારી છે, એટલું જ નહિ પશુ ( સહમાના ) વિવિધ રોગોને હટાવનારી, તેમને નાશ કરનારી, આ પ્રકારે અનેક રીતે ( ત્રાયમાણા ) મનુષ્યનું રક્ષણ કરે છે. આ ઔષધિ કદિ કોઈનું કશું નુકસાન કરતી નથી ( ન ચારિયા ) હંમેશ કોઈને કોઈ રૂપે લાભ આપે છે. જીવન્તી ઔષધીનું એવું વર્ણન વેદોમાં છે. આ જીવન્તી ઔષધિ વિશે વૈદ્યક ગ્રંથોમાં નીચે જણાવેલ વર્ણન મળે છે—

તેના કૂલો અત્યંત મીઠું હોય છે તેથી તેને ' જીવણાક ' કહે છે. તેના મધુર અને અમધુર એવા બે ભેદ છે. મધુર જીવન્તીથી ત્રિદોષ દૂરે છે અને અમધુર જીવન્તીથી પિત્ત દૂર

નેહ્યો, કાષ્ઠ કાષ્ઠના ઉપર દુપ્રભો ન કરે અને બધા આનંદ પ્રસન્ન રહી સુખેથી રહે.

૧૧ કારીરં અસયઃ મા ક્ષસિયુઃ= કાષ્ઠ બીજા પ્રકારે ચનાસ આકાળ યત્નુ પશુ યાચ નદિ બધા લોક ( અ-મત્રિઃ ) તર્પા જેવા ન હોય ( અ-મૃતઃ ) અકાળે ન મરે અને ( અતિજીવઃ ) દીર્ઘકાળ સુખી જીવતા રહે. માણસે આ ત્રણ બાજનો સાધ્ય કરવા જેવી છે, મર્થા જેવું ન રહેતું, અકાળે ન મરતું અને અતિ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરતું. તેની વિશદ ત્રણ બાજનો છે. એક મર્થા જેવું થતું, રોગ વગેરેથી ક્ષીણ થતું, બીજું અકાળે તથા મજાદિથી પીડિત થતું અને અવધાયુ થતું. માણસના પ્રયત્નો આ આપતિઓને દૂર કરવા માટે હોવા જોઈએ.

૧૨ દક્ષાતં સૂરયયાઃ ઔસોએઃ યત્નુ છે. એટલા અનેક પ્રકારના યત્નુ છે, તે બધાને ઠરાવવા એ અનુષ્ઠાની મુખ્ય ફરજ છે. જીવનવિદ્યાના નિયમોને અનુકૂળ વ્યવહાર ન કરવાથી આ બધા અપયત્નુ યાચ છે જે મદાચત્નુ છે તે દૂર થશે પરંતુ ઠટશે નદિ, અપયત્નુ સો હોય અથવા વધારે હોય, તે બધા દૂર થઈ શકે છે.

૧૩ નાપ્ટ્વાઃ= જે બીજા નાશક સાધનો છે તે પશુ ( અતિસાર્યા ) દૂર કરવા યોગ્ય છે. જે જે કારણે મનુષ્ય માણસો નાશ થાય છે, ખાત થાય છે, ક્ષીણતા થાય છે, અવનતિ થાય છે, ઉભાને શેકાઈ જાય છે તે બધા કારણો દૂર કરવા અત્યંત વ્યવસ્થા છે.

૧૪ સદ્માસુ મુક્ષુ- ઉપર કહેલી વિપત્તિઓમાંથી બચવું તેનું નામ મુક્ષિન છે. આ મુક્ષિત મનુષ્ય આ લોકમાં પ્રાપ્ત કરી શકે છે, તે પ્રાપ્ત કરવી મનુષ્યનું વ્યવસ્થાકરત્વ છે. ' સૈમ્યનર ' ની કૃપાથી આ મુક્ષિન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સૈમ્યનર તેને કહે છે જે ( સિમ્ય ) બધા ( નર ) મનુષ્યોનો એક અમેલ સંઘ હોય છે. આનંદ સંઘે પોતાનો એવો વ્યવહાર કરવો જોઈએ કે જેથી બધાનું સુખ વધે, બધાની ઉન્નતિ થાય અને કાષ્ઠ પાછળ ન રહે. સંઘટિત પ્રયત્નોથી બધાનું ભવું થઈ શકે છે. સંઘટના એ માનવોની ઉન્નતિનો અપમંત છે.

આ પ્રકારે આ મંત્રોમાં માનવી વિપત્તિના કારણો આપ્યા છે અને તે દૂર કરવાના ઉપાય પશુ કહ્યા છે, વાચકોએ તે વિશે વિશેષ વિચાર કરવો.

આ પહેલાં બતાવ્યું છે કે વેદને ત્રણ બાજનો સિદ્ધ કરવાની પ્રજ્ઞા છે- ( ૧ ) એક ( અ-મત્રિઃ ) લોકો મર્થા જેવા ન હોવા જોઈએ, હૃદયુદ્ધ, નિરોગી અને સુદૃઢ મનના જોઈએ. ( ૨ ) બે ( અ-મૃતઃ ) લોકો અમર જીવનથી મુક્ત એટલે અમરથી સુખમય જીવનવાળા બનવા જોઈએ અને ( ૩ ) ત્રણ ( અતિજીવઃ ) લોકો માણસ દીર્ઘયુ વધા જોઈએ. વેદને અભીષ્ટ છે કે માનવસમાજ એવો બને, આ વાત બીજા શબ્દોથી નીચેના મંત્રમાં મળી શકે છે—

તે અદિત્યમાના અરવિઃ અસ્તુ । ( મં. ૧ )  
દ્વાર્ષીય માયુઃ પ્રવરં તે દયામિ । ( મં. ૨ )  
અર્ધં ઝીવતુ, મા મૃત, ર્મ સમિરયામિ, સર્વદાય  
દદાસ્તુ । ( મં. ૪ )

“ તારી વૃદ્ધાવસ્થા અવિહિત થાય. તારા માટે દીર્ઘજીવન ઉત્પદ્યે ધારણ કરું છું. આ માણસ જીવતો રહે, મરે નહીં. તેને સત્યવેત કરું છું. તે પૂજાનું યજ્ઞ બંધી રહે ”

આ બધા મંત્રોમાં મનુષ્યનું જીવન દીર્ઘ થવા યોગ્ય એવા સમાજની રચના કરવાના સૂચક છે. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે વ્યક્તિની તેમજ સમાજની અંદરનું પાપ ઓછું થવું જોઈએ, તેની રચના આપતો મંત્ર આ જુઓ—

અપસેચ્ય દુરિતં પશ્ચમાયુઃ । ( મં. ૭ )

“ પાપને દૂર કરી દીર્ઘજીવન ધારણ કરો. ” આજ દીર્ઘયુ પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય છે. જ્યાં સુધી અંતર્ગત પાપ છે ત્યાં સુધી આયુ ક્ષીણ થશે. વ્યક્તિનું પાપ વ્યક્તિનાં યાચ છે અને સંઘનું પાપ સંઘમાં યાચ છે, આ યાચે વ્યક્તિની નેમ સંઘની આયુ પશુ ક્ષીણ થાય છે. તેથી પાપને કાઢવું દીર્ઘયુ પ્રાપ્તિ માટે અત્યંત આવશ્યક છે. જ્યારે પાપ દૂર થશે ત્યારે મનુષ્ય સો વરસના જીવન માટે સાધ્ય થશે.

ઝીવતાં જ્યોતિઃ અર્વાદ્ય અચ્ચેહિત્વા શતગારદાય  
આદદામિ । ( મં. ૨ )

તે ઝીવાતયે વરિષ્ઠિ દયામિ । ( મં. ૬ )

“ જીવિત લોકોની જ્યોતિ પાસે જ ન તને સો વર્ષના દીર્ઘજીવન માટે હું પ્રારણ કરું છું તારા માટે સો વર્ષનું જીવન નિશ્ચય કરું છું. ”

આ સો વર્ષની આયુ અર્વાદ્યના નિમિષ જે સોજો પોતાનું જીવન પાષણિન, પવિત્ર કરું છે, પુણ્ય સંતમથી મુક્ત કરું છે તેમને માટે યજ્ઞ કરે છે. આ પ્રકારે દીર્ઘજીવન જોડે

મનુષ્યના પાપપુણ્યનો સંબંધ હોય છે. વાયુઓએ તે વાતનો અવશ્ય વિચાર કરવો.

### પ્રાણધારણા

દીર્ઘામુ પ્રાપ્ત કરવા માટે સરીરમાં પ્રાણ સ્થિર રહેવો જોઈએ. પ્રાણ બધાં સુધી અચકત અવસ્થામાં સરીરમાં રહેશે ત્યાં સુધી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થવું અશક્ય છે. આ વાત સ્પષ્ટ કરવા માટે કહે છે કે—

તે અલું વાયુઃ પુનઃ આમરામિ । ( મં. ૧ )

“ તાર્ક જીવન અને પ્રાણને તારી અંદર ફરે ફરી બંધે છે ” વાયુઓને વિશ્વાસ પેદા થાય કે જો કોઈ કારણે કોઈના પ્રાણ અત્યંત નિર્જન થાય તો પણ તેમાં ફરી બળ ભરી શકાય છે, એટલા માટે આ કહ્યું છે. તે કારણે નિર્જન થયેલા પ્રાણને દનાય ન થવું, નિર્જનતા ન થવું, પણ ઉત્સાહ ધારણ કરવો કે ફરે વેડની આઠાનુસાર ચાલી ફરી નવું બળ પ્રાપ્ત કરીશ ફરે પોતાની અંદર પ્રાણનું જીવન ફરી સંચારીત કરે છે. આ કેવા પ્રકારે સાધ્ય કરાય છે તેની વિધિ આ છે—

ઘાતાત્તે પ્રાણમાધિદું સ્વર્ગાધિદું તથા । યત્તે મનસ્થાયિ તસ્યારયામિ સંચિત્સ્વાક્ષરેવદં જિહ્વા-લપન્ ॥ ( મં. ૩ )

“ વાયુથી પ્રાણ, સૂરજ પાસેથી દૃષ્ટિ તારા માટે પ્રાપ્ત કરે છે. આ પ્રકારે તું બધા અંગોથી યુક્ત થા. મન પણ તારી અંદર સ્થાપિત કરે છે તું જીવંતથી બાપણ કર. ” અહીં જીવનનું સાધન બતાવ્યું છે. વાયુથી પ્રાણ પ્રાપ્ત થાય છે. સૂરજથી આંખોને તેજ મળે છે, સૂરજનું દર્શન કરવાથી આંખના ધણા રોગ દૂર થાય છે. સવાર સાંજ અનિમેષ આંખે સૂરજ તરફ જોવાથી ધણાની નજર સુધરી ગય છે અને જેમને ચક્ષુ રોગ થયો તો જ વાર્ષિક ચક્રાય એમ હતું તે ચક્ષુ વગર વાર્ષિક ચક્રાય થયા છે. તેજ પ્રમાણે જેમને પ્રાણ-સ્થાનના રોગ હોય છે, કાંપ, રાજવદ્ધમા વગેરે તેમજ રક્ત સ્થાનના પાંડુ રોગ વગેરે હોય છે તેમને પણ શુદ્ધ વાયુના સેવનથી અને યોગ્ય પ્રાણવામાદિ યૌગિક ઉપાયોથી ફરી આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. તેજ પ્રકારે ચત્તિકા, જલ્મ, અગ્નિ, સૂરજપ્રકાશ, વનસ્પતિ, ઔષધિ, ચંદ્રપ્રકાશ, વિવ્રુત વગેરેના યોગ્ય સેવન અને ઉત્તમ પ્રયોગથી ફરી ઉત્તમજીવન અને દીર્ઘ-

જીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય પ્રાપ્તિનું અનિ સંક્ષિપ્ત સાધન આજ છે. મનુષ્યના બધા અંગો, અવયવો, દૃષ્ટિયા વગેરે બધાંના સુધારો આ રસે થઈ શકે છે. આ ઉપાય વિનામૂલ્ય ધણા ભાગે થઈ શકે છે અને યુક્તિ-પૂર્વક કરવાથી નિષ્કલ્મશ લાભ થાય છે. આ નિસર્ગચિકિત્સાનો મૂલમંત્ર છે. વાયુઓએ તે દૃષ્ટિથી વિચાર કરવો. આ ઉપાય કષ્ટ રીતે કરવો જોઈએ, તે વિશે નીચેના મંત્ર મનનપૂર્વક જોવા જોવા છે—

અગ્નિ જાતમિથ પ્રાણેન સ્વા સંયમમમિ । ( મં. ૪ )

“ નવીન ઉત્પન્ન થયેલા અગ્નિની જેમ પ્રાણથી તને બળ આપું છું. ” યદ્ય કુંડમાં, ચૂસમાં અથવા બીજા કોઈ સ્થાન ઉપર અગ્નિ સળગાવેલા રહેય તો સ્વચાતમં યોગ્ય સુક લાકડા અગ્નિમાં રાખ્યા પછી દળવે દાઘે પવન ધીમે ધીમે આપવો પડે છે અને સહેલાઈથી બળેએવી સુકી લાકડીઓ અગ્નિમાં નાખવી પડે. નહિં તો અગ્નિ ઓલવાઈ જવાનું ભય રહે છે. તે પ્રકારે જિભાર પ્રાણને સહેલાઈથી પચન થાય એવું યોગ્ય અન્ન આપવું જોઈએ. પ્રાણવામાદિ યોગસાધન પણ યોગ્ય યોગ્ય કરવા જોઈએ. દવા અને પદ્ધતિ સેવન પણ યોગ્ય પ્રમાણમાં કરવું જોઈએ. એમ ન કરે તો લાભના બાંહે દાની થશે. માટે કહ્યું છે કે અગ્નિ સળગાવવા જેમ પ્રાણની શક્તિ ધીમે ધીમે વધારવી જોઈએ. યોગસાધન, ઔષધિ સેવન, તેમજ બીજા ઉપાયોથી આરોગ્યવધન અથવા દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. પરંતુ સુયોગ્ય પ્રમાણમાં આ બધું કરવું જોઈએ. સરીરમાં પણ આ જીવન, અગ્નિ છે. હવનના અગ્નિની જેમ તેને ધીમે ધીમે વધારવો પડે છે. આ નિયમ દરેક વાયકે ધ્યાનમાં રાખવો જરૂરી છે. કારણ કે બીજા બધા સાધનો હોવા છતાં આ નિયમનું પાલન ન કરવાથી લાભની આશા કરવી વ્યર્થ છે. પણ આ રીતે જો લોકો પોતાનો લાભ સિદ્ધ કરવા પ્રયત્ન કરશે તેમને નિઃસંશય ફાયદો થશે જ. તેથી કહ્યું છે—

છુળોમિ તે પ્રાણાપાનો જરો સૃષ્ટ્યું દીર્ઘમાયુઃ

સ્વસ્તિ ।

( મં. ૧૧ )

“ હું તારો પ્રાણ અને અપાન, મળ્યૂત કરું છું તારું વૃદ્ધત્વ, તારું યૃત્યુ અને તારું દીર્ઘજીવન વગેરે આપનોમાં તારું કલ્યાણ થાય એવા પ્રત્યેક કરું છું. ” જો કોઈ પ્રાણસ ઉપર કલા મુજબ પોતાના માટે દીર્ઘ આયુ મેળવવા પ્રયત્ન

થાય છે. મધુર છત્રાન્તીનો રસ મંદિ, સ્તીતવીર્મ અને પરિપાક પજુ મધુર હોય છે. તેનાથી દર્શિદેય દૂર થાય છે અને ધન્ય ભાગે બધા જ રોગ દૂર થાય છે. વા. મ. અ. ૧૫ માં (વરા શાકેપુ જીવન્તી) સમીમાં છત્રાન્તી શાક શ્રેષ્ઠ છે એમ કહ્યું છે. વેદશાસ્ત્રમાં 'જીવન્તી' નો અર્થ યુગવેલ (યુક્તી), દરિદ્રી, મેદા, કાશી, દરિણી, મધુરશ, સમી, એદશા છે. તેના નામ 'જીવન્તી, જીવન્તીયા, જીવા, જીવના, મંગલ્યનામધેયા, જીવ્યા, જીવદા, જીવવાર્ષી, જીવમદ્રા, મદ્રા, મંગલ્યા, યશસ્વા, જીવદદા, પુત્રમદ્રા, જીવદુષ્ટા, સુલ્લંકરી, જીવપત્રી, જીવપુષ્પી, સંસ્કૃતમાં અને વેદક કાલોમાં છે. આ નામોથી ૨૫૪ થાય છે કે આ વનરપતિ છત્રા આપનારી છે. તેથી તે વિશે કહ્યું છે—

જીવન્તી સ્વર્ણવર્ણીમા મુરારૂજા ચ ।

જીવનોષોમાજીવન્તી નામ ॥ (મ. વ. ૧)

'આ છત્રાન્તી ઓપધિનો રંગ સોના જેમ છે, તે સૌરાષ્ટ્ર (કાશીવાસ) માં થાય છે. તેનાથી દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત થાય છે, તે કાણે તેનું નામ છત્રાન્તી છે.'

તેના યુક્ત— 'મધુર, સ્તીત, રક્ત-પિત્ત, વાત, ક્ષય, દાહજ્વરનો નાશ કરનારી કૃષ્ણ વધારનારી વીર્મ વધારનારી, રક્ષાત્ત ધર્મવાળી અને જૂનરોગ દૂર કરનારી છે.

જીવન્તી ક્ષતિલા સ્વાતુ-ભિંગ્ધા લોપત્રવાપદા ।  
રસાયના યલ્લકરી ચક્ષુધ્યા પ્રાદિણી લઘુઃ । (ભા. ૦)  
ચક્ષુધ્યા સર્વલોપમ્ની જીવન્તી મધુરા હિમા ॥

(અત્રિ. અ. ૧૬)

આ પ્રકારે આ છત્રાન્તી ઓપધિના યુક્તે છે વાચકોએ આ ઓપધિનું સેવન કરવું. વેદક અંધમાં તેના વિવિધ પ્રયોગ લખ્યા છે અને સુધોગ્ય વેદ દ્વારા તેના સેવન વિધિનું જ્ઞાન થઈ શકે છે. આ ઉત્તમ ઓપધિ છે અને આરોગ્ય, બળ અને દીર્ઘશ્વન આપનારી છે, તેજ પ્રકારે નીચેના મંત્રો જોવા જેવો છે—

શિર્ષે તે સ્તાં ઘાવાણિયી અસંતાપે મમિશ્ચિયી ।  
શં તે સર્વ માતપતુ શં વાતો વાતુ તે દ્યૈ ॥  
શિવા મમિ રક્તનુત્વાપો દિધ્યાઃ પયસ્વતીઃ । (મ. ૧૪)  
શિવાસ્તે સન્ધોપવથ ડ ત્વાદાર્પમધરસા ડત્તર્ત

સત્રસ્વાલિયો રક્તોર્ત સર્વાવધમસાણમા ॥ (મ. ૧૪)

'યુક્તે' અને 'યુક્તોલેકના બધા પદાર્થો તારા કોષ ન વધારે, એટલું જ નહિ પણ તે તારા માટે ઓપધિ' અને શોભા આપે. સૂરજ તારા માટે સુખ આપે, વાયુ તને સુખ આપે, પાણીથી તને આનંદ પ્રાપ્ત થાય, ઓપધીઓ તારાં સુખ વધારે, આ ઓપધીઓ જૂનિ પાસેથી આણેલી છે સૂરજ અને ચંદ્રમા તારાં રક્તનું કરે. 'આ મંત્રોમાં કહ્યું છે કે જગતના પદાર્થો એટલે ચંદ્ર, સૂર્ય, પૃથ્વી, જમીન, વનરપતિ, તેજ એવા અનંત પદાર્થો મનુષ્યનું સુખ વધારે મનુષ્યને શાંતિ આપે મનુષ્યનો સંતાપ વધારનારી ન થાય તેનું તાર્કિક એમ કે આ બધા પદાર્થો યોગ્ય રીતે વપરાય તો મનુષ્યનું સુખ વધારનારા થાય છે. આ પદાર્થોના ઉપયોગ કરવાની વિધિ વેદકમંથોમાં એટલે આયુર્વેદમાં લખી છે. જે વાચકો લાંબા યોગ્યતા આહવા હોય તેમણે તેના અભ્યાસ કરવો. આ સંબંધે નીચેના મંત્રો જોવા લાયક છે—

મન્ત્રેઃ શરીરમસિ પારતિષ્ઠ્યુ રક્ષોદાસિ સપાનદા ।  
અથો સમીવચાતના પુલકનુર્મ મેવજમ્ ॥ (મ. ૨૮)

'અમિનું' શરીર રોગોને પાર કરનાર છે, તે અમિનું શરીર રક્ષણે (રક્ષ જન્મુએ) નો નાશ કરે છે તેમજ બીજા કનુઓને દૂર કરે છે. આ પ્રકારે તે આશસ્વના બધા રોગોને દૂરારે છે. આ યુક્ત નામક ઓપધિ છે. અમિનું આ વર્ણન દરેક ધ્યાનમાં રાખવા જેવું છે અમિ રોગોથી પાર કરનારો છે. બધાં જુદા જુદા રોગ વધે છે ત્યાં અમિ પ્રગટાવવાથી રોગની દુરાત્યાથી દૂર થઈ જાય છે અને ત્યાં નિરોગીતા થઈ જાય છે. માટે જે માનમાં સાંસિકે રોગો ધન્ય પ્રકારે છે, તે માનમાં નાકે નાકે, ચોંકે અને ચોંકે, મલી મલીમાં ચોંકે થઈ કરવામાં આવે તો તે સાલકારક થશે દાહમાં ફાળે માનક્રોધમાં અને રક્ષાનોમાં તેથી જ આમ સજાડવામાં આવે છે.

અમિને 'રક્ષો-દા' એટલે રક્ષકનો સંદારક કહ્યું છે. અહીં રક્ષક રક્ષક, તેમજ રક્ષક શબ્દનો અર્થ રામખીજ છે રોગ બીજોને નાશ અમિ કરે છે. આરોગ્યના જે બીજા કનુ છે તેમનો પણ નાશ અમિથી થાય છે. રાજનું વરો નધા રોગખીજનું નામ રક્ષક છે. આ રક્ષકો—

યે અષ્ટેપુ વિવિધ્યાન્તિ વાંચેષુ પિયતો જનાન્ ।

(વા. મ. ૧૬૧૨)

‘ જે અજ અને પીવાના પાત્રો એટલે ખાવાપીવાના પદાર્થોમાંથી પેટમાં જન્મ વિવિધ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. ’ આ વર્ણન રોગબીજોનું છે. રોગબીજ અજ અને પાણી દ્વારા પેટ-માં જાય છે અને રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. તેમનું નામ રદ અને રક્ષક વગેરે અનેક છે. અહીં અમિ આ રોગ બીજરૂપી રાક્ષસોનો નાશ કરનારો છે એમ કહ્યું છે તેજ પ્રકારે અમિ આમાશયના રોગોને દૂર કરનારો ( સર્માવચ્ચાતનઃ ) છે. તેનું વર્ણન આ સૂક્તની વ્યાખ્યામાં શરૂઆતમાં કર્યું છે.

અમિ આ એક ‘ પુ-ત્તુ-દ્ધુ ’ નામનું ઔપધિ છે. આ પુત્તુ થું છે તેનું વિવરણ કર્યું જોઇએ. ‘ પુ ’ નો અર્થ ( વચને ) ‘ પવિત્ર કરવું, મળ દૂર કરવો, શુદ્ધ કરવું ’ એવો છે. ‘ ત્તુ ’ નો અર્થ ( વૃત્તી ) ‘ શક્તિ, વધવું, સંવર્ધન થવું ’ એવો છે અને ‘ દ્ધુ ’ નો અર્થ ( ગતૌ ) ‘ ગતિ, પ્રગતિ ’ વગેરે છે. જેથી ‘ પવિત્રતા, શક્તિ અને પ્રગતિ થાય છે ’ તેને પુત્તુ ઔપધિ કહે છે. ચિકિત્સામાં થું કરવું તેનું વિધાન આ શબ્દમાં કહ્યું છે. વૈદે રોગીના શરીરમાંથી રોગને દૂર કરવા ત્રણ બાબતો કરવી- ( ૧ ) પુઠા- રોગીનું શરીર શુદ્ધ, પવિત્ર કરવું. ( ૨ ) દુઘા- શરીરની શક્તિ કરવી, પુષ્ટિ કરવી, શરીર બળવાન બનાવવું અને ( ૩ ) દ્ધુ- શરીરની આરોગ્યવશ્યામાં પ્રગતિ કરવી. ચિકિત્સાકે આ ત્રણે બાબતો કરવી જોઇએ તો જ રોગને પ્રતિકાર થઇ રોગ દૂર થશે. ચિકિત્સાના આ ત્રણ મુખ્ય કાર્ય છે. જે આ કાર્યો કરે છે, તેને ઉત્તમ યજ્ઞ પ્રાપ્ત થાય છે. શરીર શુદ્ધિ, શરીર બલવર્ધન અને વ્યાધિ પ્રતિકાર આ ત્રણ ભાગ છે આ ત્રણ ભાગોનો વિચાર કરવાથી પૂર્ણ ચિકિત્સા થાય છે. ‘ પુ-ત્તુ-દ્ધુ ’ આ એક શબ્દ વેદની ચિકિત્સા શૈલી સારી રીતે બતાવી છે. આ સર્વાંગપૂર્ણ ચિકિત્સા પદ્ધતિ છે.

વેદે આ એક શબ્દમાં ચિકિત્સાની પદ્ધતિ કેવી ઉત્તમ રીતે બતાવી છે તે જુઓ. આ રીતીનું અવલંબન કરનારા વૈદો મુખનો વિસ્તાર કરે છે—

મૃદતં શર્મં યદ્વચ્ચતમ્ । ( મં. ૭ )

“ સુખી કરો અને શાંતિ પ્રદાન કરો. ” ઉપર કલા મુજબ ‘ પવિત્રતા, શક્તિ અને પ્રગતિ ’ કર્તાથી બધા લોગ સુખી થશે અને શાંતિ અનુભવશે એમાં લેશમાત્ર શંકા નથી. સુખ, શાંતિ અને દીર્ઘજીવન આજ આ દુનિયામાં માણસો મેળવવાના છે, તેનું સ્પષ્ટિકરણ કરવા નીચેના મંત્ર છે—

મરિષઃ સર્વાન્નઃ સુધુઙ્ગરસા શતદાયન,  
આત્મના મુજમમ્નુતામ્ । ( મં. ૮ )

“ આ પ્રકારે બધા અંગો અને અવયવોથી પૂર્ણ, અક્ષીણ અવયવવાળો, ઉત્તમ શાંતી, શુદ્ધાવસ્થામાં સો વરસ સુધી જીવિત રહેનારો, બની પોતાની શક્તિથી બધા લોગ પ્રાપ્ત કરનારો થાય. ” એટલે આ માણસ અતિ શુદ્ધાવસ્થા સુધી જીવતો રહે અને વૃદ્ધ અવસ્થામાં, પણ પોતાની શક્તિથી અને પોતાના પ્રવર્તનોથી, પોતાના માટે લોગ પ્રાપ્ત કરે. પરાવલંબી ન બને, અંતઃસુધી સ્વાવલંબન શીલ રહે. અહીં વેદનો આદર્શ બતાવ્યો છે. કેવળ અતિ શુદ્ધ થવું વેદને અભિપ્રેય નથી, પણ અતિશુદ્ધાવસ્થામાં તંદુરસ્તી અને બળવાન બની રહેવું એ વેદનું સામ્ય છે. પ્રત્યેક અવયવ સુદૃઢ થાય, બધા અવયવો અને દિગ્ધો ઠીક અવસ્થામાં રહે. બધ, રિધર રહે અને આ બધું રહેતાં માણસ વૃદ્ધ થાય આવો વેદનો આદર્શ છે. વેદ કહે છે કે બીજા ઉપભોગો પણ માણસે લેવા ઉત્તમ કપડા પહેરવાં અને સુખેથી રહેવું. તે વિશે નીચેના મંત્ર જુઓ—

યત્તે વાસઃ પરિપાનં વાં તીર્થિ કુણુપે ત્યમ્ ।

ચિધં સે તન્મે તત્કૃપ્મઃ સંસ્પર્શદ્રુક્ષ્ણમસ્તુ તે ॥

( મં. ૧૬ )

“ જે તારું ઓઢવાનું વસ્ત્ર છે તે તું કમર ઉપર બાંધે છે તે કપડું તારા શરીરને સુખદાયક થાય અને તે સ્પર્શ માટે નરમ હોય. ” અરમચ્છું ન હોય. આ મંત્રનો આશય સ્પષ્ટ તો એવો લાગે છે કે સુંદર અને સારાં કપડાં, જેમના સ્પર્શ શરીરને સુખદાયક હોય છે, તેવા સાગમાં સારાં કપડાં માણસે પહેરવાં અને શરીરનું સુખ માણવું. તે પ્રકારે દબળમત કરી મુખની સુંદરતા વધારવા વિશે નીચેના મંત્ર મનન કરવા થાય છે—

યત્સુરેણ મર્ચયતા સુતેજસા ઘસા ઘપસિ  
કેશદમસ્ય । જુમં મુલ્લં મા ન આયુઃ પ્રમોયીઃ ॥

( મં. ૧૭ )

“ જેનું વાળંદ સ્વચ્છતા કરનારા તેજ ધારવાળા અઘ્નાથી વાળ અને મૂછોનું સુંડન કરે છે, તેથી મુખ સુંદર દેખાય છે પરંતુ આ સુંદરતા કાંઈના આયુષને નાશ ન કરે. ” ઉત્તમ અસ્ત્રાથી દબળમત બનાવી મુખની સુંદરતા વધારવાનો



ઉપદેશ વેદે આ પ્રકારે આપ્યો છે. વાળ વધારવાથી મોટું શોભાદીન અને છે અને દળમન કમવવાથી તેજ મુખ સુંદર દેખાય છે, આ કહેવાનો ઉદ્દેશ એવો કે માણસે દળમન કરાવી પોતાના મુખની સુંદરતા વધારવી. કાંઈ માણસે પોતાનું મોટું શોભાદીન રાખવું નહિ. બધા લોકો સુંદર, આરોગ્યમંડળ, બળવાન, પૂર્ણાંત્ર અને કર્તવ્યનિરપર થાય. આ વેદનો ઉપદેશ છે. તેજ પ્રકારે ઉત્તમ ભોજનના વિધિઓ પણ વેદનો ઉપદેશ જોવા યોગ્ય છે—

શિષો તે મીઠિયયાવલાસાવદોમધૌ ।

પતો યદ્મં વિ ઘાથેતે યજ્ઞો મુચ્ચતો બ્રહ્મ ॥

(મં. ૧૮)

“એના અને જય કલ્યાણકારક છે. કહી દોષને કહી કરનારા અને ખાવા મીઠા દોષ છે. તે વદ્મ રોમને દર કહે છે અને દોષોથી મુક્ત કરે છે.” બોજન વિશે અનેક મંત્રો વેદમાં છે, તેમનો અન્ન વિચાર કરવાની આવશ્યકતા નથી, અહીં કેવળ એટલું જ બતાવવું છે કે બોજનના વિવિધ પદાર્થો પણ વેદે કહ્યા છે એટલે જ પ્રમાણે વેદબલ્ય, આરોગ્ય અને દીર્ઘશ્વન માટે અર્ચકોનાં કરે છે તે મુજબ સુંદર વસ્ત્રો અને ઉત્તમ ભોજન વિશે પણ સૂચન કરી માણસની મુખસમૃદ્ધિ વધારે છે. આ બોજન નિર્વિધ હોવા વિશે સૂચના વેદ સમયસર આપે છે, વાચકો તે નીચેના મંત્રમાં જોઈ શકે છે—

યદ્વક્ત્રાસિ યસ્વિયાસિ ધ્યાયં કૃષ્ણાઃ યય ।

યદ્વાયં યદ્વત્ત્વાયં સર્વં તે અક્ષમયિયં કૃણોમિ ॥

(મં. ૧૯)

“પોતાથી ઉત્પન્ન થનારું ને બનાજનું ખાય છે, જે દૂધ વગેરે પેપકાથનું પીએ છે તે બધું ખાવા યોગ્ય અને ને ન ખાવાની વસ્તુ હોય, તે બધું હું નિર્વિધ બનાવું છું.” એટલે તે બધું ખાનપાન વિષરહિત થાય. અહીં વિષથી બચવાની સાચા રહેવાની સૂચના બતાવેલી છે. અનુષ્ઠના ખાવાપીવામાં, મદ્ય, મીઠા, બાજ, અદીશુ, તમાકુ, ચા, કેફી વગેરે અનેક પદાર્થો વિષમય છે, તેમનો પસિંહાગ વિષરૂપ છે. એવા પદાર્થો ખાવાથી મનુષ્યનું આરોગ્ય બગડે છે અને મનુષ્ય અસ્વાસ્થ્ય થાય છે. તેથી માણસે વિચાર કરવો કે ને પદાર્થો હું ખાઉં પીઉં છું તે કેવા છે? નિર્વિધ છે ને કે

આરોગ્ય વધારનારા અને દીર્ઘશ્વન આપનારા છે કે કેમ? એવો વિચાર કરી મનુષ્ય પોતાનું ખાનું-પીનું સાચું કરતો પદાર્થો જ ખાવાપીવામાં આવતા જોઈએ પરંતુ ખાણે વિષમય પદાર્થોની લાસ્યમાં દૂસી પોતાની દાની કરી લેવી યોગ્ય નથી. તેથી માણસે દમિષ્ટા ઉત્તમ ઉપદેશ સાંભળવો જોઈએ. તેથી કહ્યું છે—

ઉપદેશાનુઃ કાર્યં

અધિ યદિ મા, રમધાઃ શ્વેતેમં, તર્થેવ સમસર્વદાવા દ્વાસ્તુ । (મં. ૭)

“ઉત્તમ ઉપદેશ કર, ખરાબ કામ ન કર, આ માણસે દુનિયામાં મોહલે, તારા નિયમોનુસાર ચાલતો આ માણસ પૂર્ણશ્વન યુક્ત બની અદી રહે.” ઉપદેશો બાવા પ્રમાણે ઉપદેશ જનવાને કરવો અને જનતાને એવા રસ્તે અભાવું કે બધા લોકો ઉપદેશ સાંભળી ખરાબ કાર્યથી દૂર રહે, દુનિયામાં જતાં ધર્મનિયમાનુકૂલ થાશે અને આરોગ્ય યુક્ત બળવાન અને પૂર્ણાંત્ર થાય. તેમજ બધી પ્રકારની ઉન્નતિ પ્રાપ્ત કરે—

અસ્મિ અધિમૃદિ, દમં દ્યસ્વ, અયં દત્તાઃ ઉવ્વ વત્તુ ।

(મં. ૮)

“આ માણસે ઉત્તમ ઉપદેશ કર, એની ઉપર દયા કર અને તેને એવો માગે જનાવ કે જેથી તે અદી પોતાની ઉન્નતિ કરે.” ઉચ્ચ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે. ઉપદેશોની બાવી જવાબ ફાટી છે, કે તેઓ સમૃદ્ધ લોક ઉપર સારા શુભ સંસ્કાર કરે, તેમને શુભ માગે જતાવે અને તેમને સરળ ઉન્નતિ માગે” દોરે. જે દેશના અને રાષ્ટ્રના ઉપદેશો આ રીતે પોતાનું જ્ઞાન પ્રચારવું કર્તવ્ય સારી રીતે કરે છે, ત્યાંના લોકો નિરોભી સુદૃઢ, કોપાયું તેમજ પરમપુરુષાર્થો હોય છે. પરમપુરુષાર્થો માણસ પોતાના જીવનનો સારો ઉપયોગ કરે. મનુષ્યના જીવનનું ઉત્તરદાવિત્ય તેના ઉપર જ હોય છે આ વાત કાંઈએ ભૂલવી નહિ.

સમર્થવિભાગ

શક્તં તે યુતં દાવનાન્દે યુગે ત્રીપિ વાવારિક્કુપમઃ ॥

(મં. ૨૧)

ઘરવે ત્વા હેસન્તાય ધસન્તાય પ્રીપ્ત્યાય પરિ દક્ષાસિ । વર્ષાણિ તુત્ત્વં રયોનામિ વેતુ વર્ધન્તઃ કોવર્ષીઃ ॥

(મં. ૨૨)

અદ્રે ત્વા રાત્રયે ચોમાચ્યાં પરિ વ્રજસિ ॥ ( મં. ૨૦ )

“ હું તારું જીવન સો વરસનું અખંડિત કરું છું, તેમાં બે સપ્તિકાલના મોડાં, ઠંડી ઉન્દાળો અને વરસાદ આ ત્રણ કાલ અને માત્ર, તારુણ્ય અને વૃદ્ધ્ય આ ચાર અવસ્થાઓ છે. વસંત, શ્રાવણ, વર્ષા, શરદ, હેમંત વગેરે ઋતુ તારા માટે શુભાશરક થાય. દિવસ અને રાત્રીના સમય માટે હું તને સોંપી દઉં છું. ”

દીર્ઘજીવનની આયુર્મયાદા સો વરસની છે, તે સો વરસમાં, વરસમાં બે અયન, છ ઋતુઓ અને ત્રણ કાલ એટલે ઠંડી, ઉન્દાળો અને વરસાદ આ ત્રણ સમય છે. પ્રત્યેક દિવસમાં બે સપ્તિકાલ અને દિવસ નેમજ રાત્રીનો સમય એટલા સમય.

વિભાગ હોય છે. આ સમયવિભાગ માટે માણસ સોંપાયેલો હોવો જોઈએ. સમય વિભાગ માટે માણસ સોંપાયેલો હોવો જોઈએ. અર્થ એવો કે સમયવિભાગ અનુસાર માણસે પોતાના કાર્યો કરવાં. તેથી ધર્મ કાઈ થાય છે અને ઉલ્લંઘન નિશ્ચય પણ થઈ જાય છે. તેથી આ મંત્રોના ઉપદેશથી બે બોધ લે કે માણસે સમયવિભાગ અનુસાર કાર્યો કરવાં, નિર્ઘંક સમય અગાડવો નહિ પોતાની પાસે જે સમય હોય તેના યોગ્ય ઉપયોગ કરવો જોઈએ. સમયનો વ્યય વ્યર્થ થવો ન જોઈએ.

આ સંકેતમાં ઉત્તમોત્તમ ઉપદેશ અપાયેલો છે, જે વાચકો આ આદેશાનુસાર ચાલશે તેમને નિઃસંશય લાભ મળશે જ. વિશેષતઃ દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છનારાઓ આ સૂત્રથી ધજો બોધ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

## દીર્ઘાયુ

કાંઠે ૭, સૂક્ત ૫૩

( પ્રશ્ન:- મજ્ઞા । દેવતા:- બ્રાહ્મ, શુદ્ધસ્તિ, અશ્વિનૌ વ । )

અમુન્નભૂયાદધિ યદ્યમસ્ય વૃહસ્પતેરમિશસ્તેરમુશ્વઃ ।

પ્રત્યૌહતામશ્વિનાં મૃત્યુમસ્મદેવાનાંમયે મિપજા શર્ષામિઃ ॥ ૧ ॥

સં ક્રામતું મા જહીતું શરીરં પ્રાણાપાનૌ વૈ સયુજાંવિહ સ્તામ્ ।

શૃતં જીવ શરદો વર્ષમાનોઽમિષ્ટે ગોપા ંષિપા વસિષ્ઠઃ ॥ ૨ ॥

અર્થ— હે વૃહસ્પતે ! હે અગ્ને ! તુ ( યત્ અમુન્ન-ભૂયાત્ ) જે પરલોકમાં થનારી ( યમસ્ય અમિશસ્તેઃ અમુશ્વઃ ) યમની પાતાનાઓથી મુક્ત કરે છે. હે ( દેવાનાં મિપજૌ અશ્વિનો ) દેવોના વૈશો અશ્વિદેવો ! ( શર્ષામિઃ મૃત્યું અસ્મત્ પ્રાપ્તિઃ ) સક્રિતઓ વડે મૃત્યુને અભારથી દૂર કરો. [ ૧ ]

હે પ્રાણ અને અપાનો ! ( સં ક્રામતાં ) શરીરમાં સારી રીતે સંચાર કરો. ( શરીરં મા જહીતં ) શરીરને છોડના નહીં. તે બંને ( રહ તે સયુજૌ સ્તામ્ ) અહીં તારા સહચારી બની રહે ( વર્ષમાનઃ શરદઃ શૃતં જીવ ) વધતો હું સો વરસ જીવતો રહે. ( તે અષિપાઃ વસિષ્ઠઃ ગોપાઃ અગ્નિઃ ) તારો અષિપિનિ નિરાસક અને રક્ષક તેજસ્વી દેવ છે. [ ૨ ]

આવાર્થ— મૃત્યુ પછી પરલોકમાં જે દુઃખ થાય છે તેનાથી માણસનો જત્યાવ થાય અને મનુષ્યની શક્તિઓની ઉત્તતિ થઈ તેના મૃત્યુથી જત્યાવ થાય. ( ૧ )

મનુષ્યના શરીરમાં પ્રાણ અને અપાન શરીર રીતે સંચાર કરતા રહે. તે જટહી શરીરને ન છોડે. તેજ જીવના સહચારી બે મિત્રો છે. મનુષ્ય વધતો સો વરસ સુધી જીવતો રહે, મનુષ્યનો રક્ષક, પાલક, સંવર્ધક અને અહીંજ જીવન સુખમય કરનારો એકમાત્ર પરમેશ્વર છે ( ૨ )

૯ [ અધર્વ. ૪ ]

આયુર્યન્તે અતિહિતં પરાચેરણામ્ પ્રાણઃ પુનરા વાર્વિતામ્ ।

અમિષ્ટદાહાનિર્મિત્તેરુપસ્થાત્તદાત્મનિ પુનરા વૈજયામિ તે

॥ ૩ ॥

મેમં પ્રાણો દ્વાસીન્મો અપાનોવિદ્વામ્ પરાં ગાત્ ।

સમર્પિમ્ય એનં પરિં દદામિ ત એનં સ્વસ્તિ જરસે વહન્તુ

॥ ૪ ॥

પ્ર વિંશતં પ્રાણાપાનાવનદ્વાહાવિય મ્જમ્ । અયં જરીમ્ણઃ શૈશ્વિરરિષ્ટ દુર વર્વિતામ્

॥ ૫ ॥

આ તૈં પ્રાણં સુવામસિ પરાં યક્ષ્મં સુવામિ તે । આયુર્નો વિશ્વતોં દધદુપમર્મિર્વરેણ્યઃ

॥ ૬ ॥

ઉદ્વયં તર્મસસ્પરિ રોહન્તો નાકંમુત્તમમ્ । દેવં દૈવત્રા સૂર્યમર્ગન્મ્ જ્યોતિરુત્તમમ્

॥ ૭ ॥

અર્થ — ( તે યત્ આયુઃ પરાચૈઃ અતિહિતં ) તારું જે શ્વન વિરૂદ્ધ મતિના કારણે ધરી ગયું છે, તે સ્થાને ( તો પ્રાણઃ શ્વાનાઃ પુનઃ આ દ્વાતાં ) તે પ્રાણ અને અપાન ફરી આવેા. ( અમિઃ મિત્તેઃ ઉપસ્થાત્ તાત્ પુનઃ આહાઃ ) તે તેજસ્વી દેવ દુર્ગતિની પાસે ફરી આવે છે. ( તે આત્મનિ તત્ પુનઃ આવેશયામિ ) તારા અંદર તેની ફરી સ્થાપના કરે છે. [ ૩ ]

( હમે પ્રાણઃ મા દ્વાસીમ્ ) તેને પ્રાણ ન ઊઠે અને ( અપાનઃ અયદ્વાય પરાં મા ગાત્ ) અપાન પણ તેને ઊઠી દર ન ભય. ( સમર્પિમ્યઃ એનં પરિં દદામિ ) સાત અધિષ્ઠા પાસે તેને ગોપું છું. ( તે એનં જરસે સ્વસ્તિ વહન્તુ ) તેઓ અને વહાવર્યા સુધી સુખપૂર્વક લઇ ભય. [ ૪ ]

હે પ્રાણ અને અપાન ! ( વર્ષે વનદ્વાહી રૂપ પ્રતિશતં ) જેમ બજારે ગ્રાહકોના પૈસે છે તેમ તમે બંને પ્રતિષ્ઠા ધામે. ( અયં જરીમ્ણઃ શૈશ્વિઃ ) આ ધરપણ સુધીને પૂર્ણશ્વનનો ખાળનો છે, આ ( દુર નારિષ્ટા વર્વિતાં ) અહીં ઓછા ન થતાં વધેલા રહે. [ ૫ ]

( તે પ્રાણં આ સુવામસિ ) તારા પ્રાણને દુ પ્રેરીત કરું છું. ( તે યક્ષ્મં પરાં સુવામિ ) તારા ક્ષયરોગને દુ દર કરું છું. ( અયં વરેણ્યઃ અગિઃ ) આ ગ્રાહ અગિ ( નઃ આયુઃ વિશ્વતઃ દધત્ ) આયુ બધા પ્રમાણથી અમારી અંદર ધારણ કરે. [ ૬ ]

( યયં તર્મસઃ પરિં ઉત્ ) અમે અંધારા ઉપર અહિ, ત્યાંથી ( ઉત્તરં નાકં રોહન્તા ) શ્રેષ્ઠ સ્વર્ગમાં આરોહણ કરી, ( દેવત્રા ઉત્તમં જ્યોતિઃ સૂર્યં અર્ગમ્ ) બધા દેવાના રક્ષક ઉત્તમ તેજસ્વી સૂર્ય-અથવા ના ઉત્પાદક દેવને પ્રાપ્ત કરીશું. [ ૭ ]

ભાવાર્થ — જે શ્વન વિરૂદ્ધ આચારના કારણે ધરી ભય છે, તેને પ્રાણ અને અપાન ફરી લઇ આવે અને અહીં સ્થાપિત કરે, તેજ તેજસ્વી દેવ દુર્ગતિમાંથી, શ્વનને પાછું લાવે અને તેની અંદર સુરક્ષિત રાખે. ( ૩ )

આ મનુષ્યના પ્રાણ અને અપાન તેને ઊઠી ન ભય. સપ્તર્ષિની બનેલા જે સપ્તહાનેદિધા છે, તેમની સમીપ આ શ્વને ઊઠી દળને ઊઠે તેઓ અને સો વર્ષનું પૂર્ણશ્વન આપે. ( ૪ )

શરીરમાં પ્રાણ અને અપાન વેગથી સવાર કરે અને આ શરીરમાં મૂકેલા દીર્ઘશ્વનનો ખાળનો વધારે. ( ૫ )

તારા પ્રાણને પ્રેરિત કરવાથી તારા રોગે દુર થશે અને તારું શ્વન વધશે. ( ૬ )

અમે અંધારાને ઊઠી પ્રકાશ મેળવના ઉત્તિ કરી રક્ષા કરીએ, ઉપર સ્વર્ગમાં આરોહણ કરી બધાના રક્ષક તેજસ્વી દેવને પ્રાપ્ત કરીશું. ( ૭ )

## દીર્ઘાયુ

દીર્ઘજીવન કેવી રીતે પ્રાપ્ત થશે ?

આ સૂક્તમાં દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય બતાવ્યો છે. તેથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છનાર વાચકોએ આ સૂક્તનું વધારે મનન કરવું. દીર્ઘજીવન આપનારા બે દેવો છે. તે પોતાની શક્તિઓથી મનુષ્યનું મૃત્યુથી રક્ષણ કરે છે, આ બે દેવો તે દેવોના વૈદ્ય અશ્વિનીકુમાર અથવા અશ્વિદેવો અશ્વિદેવો કોણ છે અને ક્યાં રહે છે, તે વિષે વિચાર કરી નક્કી કરવું જોઈએ. તેનો વિચાર આમ થઇ શકે—

દેવોના વૈદ્યો

અશ્વિનીકુમાર દેવોના વૈદ્ય છે, આ મંત્રમાં પણ તેમને—

દેવાનાં મિવજૌ । ( મં. ૧ )

“ તેઓ દેવોના બે વૈદ્યો છે, ” એમ કહ્યું છે. દેવે અહીં દેવો કોણ છે અને તેમની ચિકિત્સા કરનારા આ વૈદ્યો કોણ છે, તે એક વિચાર કરવા સાધક પ્રશ્ન છે. તેમના નામોનો વિચાર કરતાં એક નામ મુખ્યત્વે અમારી નજર સામે આવે છે, તે ‘ નાસતર્યૌ ’ છે. ( નાસ-તર્યૌ=નાસ-તર્યૌ ) નાકના રથાને રહેનારા નાક એ પ્રાણનું રથાન છે, પ્રાણના રથાને રહેનારા આ બે ‘ નાસ-ઉચ્છવાસ ’ અથવા ‘ પ્રાણ-અપાન ’ જ છે. પ્રાણ અને અપાન આ બે દેવો આ શરીરમાં રહી આ શરીરમાં જે ઉદ્વિગ્ન રથાનોમાં અનેક દેવતાગણ છે તેમની ચિકિત્સા કરે છે. પ્રાણથી પુષ્ટિ થાય છે અને અપાન વડે રોષે દૂર થાય છે. આ પ્રકારે રોષેને દૂર કરી અને પુષ્ટિ આપી આ બે દેવો આ બધા ઉદ્વિગ્નની ચિકિત્સા કરે છે. અહીં એવો અર્થ જોતાં તેમનું ‘ નાસ-તર્ય ’ નામ બરાબર સાચું છે એમ પ્રતિત થાય છે. જો પ્રાણ અને અપાન અશકત થયા અથવા તેમાંથી કોઇ પણ એક કામ કરવામાં અસમર્થ બન્યો તો ઉદ્વિગ્ન પણ પોતપોતાના કાર્ય કરવામાં અસમર્થ બને છે. એટલે ઉદ્વિગ્નના આરોગ્યને પ્રાણની તદ્દુરસ્તી જોડે સંબંધ છે. એટલે વૈદ્યોમાં અને પુરાણોમાં ‘ દેવોના વૈદ્યો અશ્વિનીકુમાર ’ નામથી જે પ્રસિદ્ધ વૈદ્યો છે તે અપારમદષ્ટિએ આપણા શરીરમાં પ્રાણ અને અપાન છે અને તેજ ઉદ્વિગ્નથી દેવતાઓની ચિકિત્સા કરી આ

મનુષ્યોને દીર્ઘજીવન આપે છે. જો પ્રાણની કૃપા ન થાય તો દીર્ઘજીવન માટે શીજો ઉપાય જ નથી. આ વિચાર ધ્યાનમાં રાખી જો વાચક નીચે આપેલો મંત્ર જોશે તો તેમને તેનો બરાબર અર્થ ધ્યાનમાં આવશે.

( હે ) દેવાનાં મિવજૌ અશ્વિનૌ । શાશ્વિભિઃ સુરુણું અસ્મલ્ પ્રયોહતામ્ । ( મં. ૧ )

‘ હે દેવોના વૈદ્યો પ્રાણ અને અપાનો ! તમારી શુદ્ધી શુદ્ધી શક્તિઓ વડે મૃત્યુને અમારી પાસેથી દૂર કરો. ’ એટલે પ્રાણ અને અપાન જ આ શરીરના બધા અંગો, અવયવો અને ઉદ્વિગ્નની ચિકિત્સા કરે છે અને તેમને ‘ પ્રાણ ’ નિર્દોષ કરી મનુષ્યને મૃત્યુથી બચાવે છે. તેથી મૃત્યુ દૂર કરવા માટે તેમની પ્રાર્થના અહીં કરેલી છે. જે દેવ જે વસ્તુને આપનારો છે તેની પ્રાર્થના તે વસ્તુ મેળવવા કરવી યોગ્ય છે. આ અર્થ મનમાં રાખી નીચેનો મંત્ર જુઓ—

( હે ) પ્રાણાપાનો ! સં કામતં, શરીરં મા જહીતમ્ । ( મં. ૨ )

‘ હે પ્રાણ અને અપાનો ! શરીરમાં સારી રીતે સંચાર કરો અને શરીરને છોડો નહિ. ’ અહીં અશ્વિદેવોના બદલે ‘ પ્રાણાપાનો ’ શબ્દ જ છે, તેથી અમે જે અશ્વિનૌનો અર્થ ‘ પ્રાણ-અપાન ’ એવો બતાવ્યો તે સાચો જ છે. પ્રાણ અને અપાન શરીરમાં સારી પેઠે સંચાર કરે. આરોગ્ય સાચવવા માટે આ બંનેનો શરીરમાં ઊત્તમ સંચાર થવો આવશ્યક છે. શરીરમાં પ્રાણનો સંચાર યોગ્ય પ્રકારે થવા માટે યોગશાસ્ત્રમાં કહેલી ધોતી, બસ્ત્ર, નેત્ર વગેરે ક્રિયાઓ છે તે વડે શરીર શુદ્ધ થાય છે, દોષરહિત થાય છે અને પ્રાણ સંચારવડે બધે જ આરોગ્ય રિધર થાય છે. શરીરમાં પ્રાણાપાનોનું આ મહત્તર છે. વાચકો, એ આ યાત મનમાં દૃઢ રાખવી અને યોગસાધન અથવા પ્રયુ સાધનથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવું, પ્રાણાપાનોનું આટલું મહત્તર છે. તેથી કહ્યું છે. કે—

દૃઢ પ્રાણાપાનો તે સયુજૌ સ્તામ્ । ( મં. ૨ )

‘ અહીં પ્રાણ અને અપાન બંને તારા સદચારી મિત્ર બની રહે. ’ તારો વિરોધ કરતાં ન થાય. સદચારી મિત્ર

દમેષા સાથે રહેનારા અને કદવાણ કરનારા દોષ છે. તે પ્રકારે આ પ્રાણ અને અપાન મનુષ્યના સદગતરી મિત્રો છે. માણસે તેમને તેમ માનવું અને તેમની મિત્રતા ન છોડવી. તેમ કરવાથી શું ધરો તે તેજ મંત્રમાં કહ્યું છે—

વર્ધમાનઃ શત્રું શરદઃ જીવે । (મં. ૨)

‘વૃદ્ધિ અને પ્રવૃત્તિને પ્રાપ્ત થયે તું સૌ વરસ છવનો રહીશ’ એટલે પ્રાણ અને અપાનને પોતાની અંદર ઉત્તમ અવસ્થામાં વૃં રાખીશ, તો તું પ્રુષ્ઠ અને બક્ષિષ્ઠ થઇ સૌ વરસનું દીર્ઘ-શ્વન પ્રાપ્ત કરી શકીશ. દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરવાનો આ ઉપાય છે. માણસે ગોઝાશાઅમાં કહેલા ઉપાયોનો અવલંબન કરી તેમજ પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરી પોતાના શરીરની અંદર પ્રાણ અને અપાનને બળવાનું કરી કાર્યક્ષમ બનાવવા, તેથી મનુષ્ય દીર્ઘાયુ થઇ શકે છે. પ્રાણ અને અપાન એ એવા સહાયક છે કે તે દોષોના કારણે ધરેલા શ્વનને ફરી પ્રાપ્ત કરી આપે છે, જુઓ—

યત્ તે આયુઃ પરાશ્ચઃ અતિહિતં પ્રાણઃ અપાનઃ  
તૌ પુનઃ આ હતામ્ ॥ (મં. ૩)

‘જો તારું શ્વન દીન દોષોના કારણે ધરી ગયું છે તે પ્રાણ અને અપાન ફરી તેને સ્થાને લાવશે અને તે આયુને પુનઃ સ્થિરતાથી સ્થાપન કરશે. એટલે બધો પ્રાણાયામનો આધકાર છે ક્રમાર અથવા જીવાન અવસ્થામાં હોઇ અનિપમિત આચરણના કારણે અથવા એવો કંઇ કુબલવાદાર થઇ જવાથી અથવા બીજા કોઇ કારણે જો શ્વનદીક્ષ જની ગયું હોય તો પ્રાણ અને અપાન શક્તિથી તે દોષોને દૂર કરી અને પ્રાણ-પાસના કરનાર મનુષ્યને દીર્ઘશ્વન અર્પણ કરે છે. તેથી કહ્યું છે કે—

હમં પ્રાણઃ મા હાર્સીત્, અપાનઃ અવહાય મા  
પરાશાત્ ॥ (મં. ૪)

‘એને પ્રાણ ન છોડે અને અપાન પણ તેને છોડી દૂર ચાલે ન જાય.’ કારણ કે પ્રાણ અને અપાન આ મનુષ્ય શરીરને ઊંડા લાગે તો બીજા કોઇ શક્તિ તેને શ્વન આપવા સમર્થ નથી. શરીરમાં રહેશે તો જ બીજા શક્તિએ સહાયક થશે બીજા શક્તિએને આ મંત્રમાં ‘સપ્તર્વિ’ શબ્દથી ઓળખાવી છે તે આ શરીરમાં રહી મનુષ્યને મદદ કરે છે—

સપ્તર્વિયં પર્વં પર્વિદામિ ત પર્વં સ્વસ્તિ જરસે  
ચહન્તું ॥ (મં. ૪)

‘હું આ માણસને સપ્તર્વિઓ પાસે આપું છું, તે તેને પ્રહારથી સુધી ઉત્તમ કદવાળા રસને લઇ જાય.’ આ સમ ન્તરિએ એ સપ્તર્વિને દિયો-પાંચ કમે દિયો અને મન તેમજ શુદ્ધિ છે તે વિશે આ પહેલાં ધણીવાર લખાઇ ગયું છે. જ્યારે પ્રાણ અને અપાન ઉત્તમ અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે આ સાતે દીર્ઘશ્વિ ઉત્તમ અવસ્થામાં રહે છે અને મનુષ્ય દીર્ઘ-શ્વન પ્રાપ્ત કરે છે. આ પ્રણાયાન શરીરમાં અગવાન રહેતા જોમએ. તેમનું બળ કેતું હોવું જોઇએ તે દિયે તોએનો મંત્ર જુઓ—

અનહવાદૌ મજં હવ પ્રાણાપાનો પ્રવિશતમ્ ॥  
(મં. ૫)

‘જેમ માથો, બળદ ઝડપથી વાડામાં પેસે છે તેમ, પ્રાણ અને અપાન ઝડપથી શરીરમાં પ્રવેશ કરે;’ પ્રાણને શરીરમાં પ્રવેશ જોરથી થાય અને અપાનનું બહાર નિસરણ પણ ત્વરાથી થાય. તેમાં નિર્બંધના ન રહે એ કહેવાનું તાત્પર્ય છે. અવાસ્તવિક વેગ ઉત્પન્ન થયેા જોઇએ એમ કહેવાનો મતલબ નથી. આ પ્રકારે મનનો વેગ પણ પ્રમાણમાં રહે તો આ શ્વનને અળનો ધડપણ સુધી સારી અવસ્થામાં રહેશે. તે વિશે મંત્ર જુઓ—

મયં કરિચ્ચઃ શોષાધિઃ હૃદ્ધ ચરિષ્ઠઃ વર્ષતામ્ ।  
(મં. ૫)

‘આ દીર્ઘશ્વનને અળનો કમી ન થતાં બહોં વધતો રહે’ એટલે પહેલાં કદા મુજબ પ્રજા અને અપાન પોત પોતાનું કાર્ય કરવામાં સમર્થ હોય તો દીર્ઘશ્વનને અળનો વધતો જશે દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત કરવાને ઉપાય પ્રાણાયાન અગવાન કરતાં જોગ છે. તે વિશે હજી જુઓ—

તે પ્રાણં આસુવામિ તે ચક્ષં પરા સુવામિ । (મં. ૬)

‘પ્રાણથી તારું શ્વન વધારું છું, અપાનથી તારો દૃષ્ટ કરું છું.’ પ્રાણ પોતાની જોડે શ્વનની શક્તિ લાવે છે તેમજ શરીર શ્વનમય કરે છે અને અપાન પોતાની સાથે સ્વપ્ને શરીરની ગદાર કાઢે છે, તેથી શરીર નિર્દોષ બને છે. તેથી આ બંને શરીરને શ્વનપૂર્ણ અને નિર્દોષ બનાવી તેને દીર્ઘશ્વન આપે છે, તે વાન નીચેના મંત્ર વાચનામાં કહી છે—

વરેણ્યઃ અગ્નિઃ મઃ આયુઃ વિશ્વતઃ દધત્ । ( મં. ૬ )  
' પ્રાણી ઉત્પન્ન થનારો ગ્રેહ અગ્નિ અમારું જીવન બધા પ્રકારે ધારણ કરે. ' અહીં પ્રાણી સાથે રહેનારો જીવનાગ્નિ અપેક્ષિત છે. પ્રાણીપાત્ર કરવાથી, વિશેષ કરી બસ્ત્ર કરવાથી શરીરમાં અગ્નિ વધે છે તેનો અનુભવ તત્કાલ આવે છે. આ સૂક્તમાં કહેલો અગ્નિ તે જ શરીરમાં રહેતો ઉષ્ણતા છે, અહીં કોઈ બીજો બહારનો અગ્નિ કહેલો નથી.

ત્યાર પછી સાતમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે અમે અંધકારથી દૂર થઈ ઉત્તમ પ્રકાશમાં આવીશું અને સૂરજની નૈવેદિતિને પ્રાપ્ત થઈશું આ મંત્રમાં જે એ વાત કહી છે, તેની જીવન વધારવાની દૃષ્ટિએ ધણી આવશ્યકતા છે. તેથી નીચે મુજબ બોધ મળે છે—

૧ ઘયં તમસઃ પરિ ઉત્ત રોહન્તઃ - અમે અંધકારથી ઉપર ચઢીશું. એટલે અંધારાના રથાનમાં રહેતું જીવનનો પટારો ફેરવડો છે, તેથી અમે અંધારાના રથાનને છોડીએ છીએ અને ઉપર ચઢીએ છીએ.

૨ ઉત્તમં નાકં રોહન્તઃ— ઉત્તમ સુખદાયક પ્રકાશપૂર્ણ રથાનને પ્રાપ્ત કરીશું, કોરણ કે પ્રકાશજી જીવન આપનારો અને રોગાદિ દોષ દૂર કરનારો છે માટે—

૩ દેવત્રા દેવં ઉત્તમં યજોતિઃ સૂર્યં જગન્મ-બધા દેવોનો રક્ષક ઉત્તમ તેજસ્વી સૂરજ દેવને પ્રાપ્ત કરીએ છીએ. સૂરજ બધા રથાવગ જગતને પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. તેથી પ્રાણીથી સૂરજને પ્રાપ્ત કરવાના કારણે અમે જરૂર દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત કરીશું.

દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાની હજારો રાખનારા લોકોએ સૂરજ પ્રકાશવાળા ધરમાં રહેવું અને કદિ અંધારી ઓરડીઓમાં રહેવું નહિ, આ પ્રકારે દીર્ઘજીવન મેળવવા બે ઉપાય આ સૂક્તમાં કલા છે. એક પ્રાણ અને અપાનને બળવાન કરવા અને બીજો સૂરજનો પ્રકાશ પ્રાપ્ત કરવો, અને અંધારી ઓરડીમાં ન રહેવું. વાચકો આ પ્રકારે આ સૂક્તનો વિચાર કરી તેમાંના અમૂલ્ય ઉપદેશનો લાભ લે

## પ્રજા, ધન અને દીર્ઘજીવન

કાંડ ૭, સૂક્ત ૩૩

( ઋષિઃ—મદ્વા । દેવતાઃ—મન્વન્ત્રી । )

સં માં સિચ્ચન્તુ મરુતઃ સં પૂષા મં વૃદસ્પતિઃ ।

સં માયમગ્નિઃ સિચ્ચન્તુ પ્રજયાં ચ ધનેન ચ દીર્ઘમાયુઃ કળોતુ મે

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( મરુતઃ માં સં સિચ્ચન્તુ ) મરુતો મારી ઉપર પ્રજા અને ધનનું સિંચન કરે ( પૂષા વૃદસ્પતિઃ સં સં ) પૂષા અને વૃદસ્પતિ મારી ઉપર વેનુજ ઉત્તમ રીતે સિંચન કરે. ( અયં અગ્નિઃ પ્રજયાં ચ ધનેન ચ માં સં સિચ્ચન્તુ ) આ અગ્નિ મારા ઉપર પ્રજા અને ધનનું ઉત્તમ સિંચન કરે અને ( મે દીર્ઘ માયુઃ કળોતુ ) મારું જીવન દીર્ઘ કરે. [ ૧ ]

દેવતાઓની સ્તુતિવાળી અને ઉત્તમ સંતાન, પુષ્કળ ધન અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય જે પ્રમાણે મેઘમાંથી પાણી વરસે છે. તે પ્રકારે મારા ઉપર તેમની વૃષ્ટિ થાઓ. એટલે પુરતા પ્રમાણમાં તે મને પ્રાપ્ત થાઓ. ' મરુત્ ' વાયુ અથવા પ્રાણ છે. શુદ્ધ વાયુથી પ્રાણ બળવાન થઈ આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. ' વૃદસ્પતિ ' ની મદદથી જ્ઞાન અને ' પૂષા ' ની મદદથી પુષ્ટિ પ્રાપ્ત થશે આ પ્રકારે અગ્નિ શુદ્ધતા કરે છે, માટે તેથી પવિત્રતા પ્રાપ્ત થશે અને તે બધાથી પ્રજા, ધન અને દીર્ઘજીવનની વૃદ્ધિ થશે.

## દીર્ઘજીવન માટે પ્રાર્થના

કાંડ ૭, સૂકત ૩૨

( કાવિ- મદ્રા : દેવતા- આયુઃ । )

ઉપં પ્રિયં પર્નિમત્તં યુવાનમાદૃતીવૃષ્મં । અર્ગન્મુ વિમ્ર્મ્મો નમો દીર્ઘમાયુઃ કૃણોતુ મે ॥ ૧ ॥

અર્થ- ( પ્રિયં પર્નિમત્તં ) પ્રિય, રૂપિને લાગક ( યુવાનં આદૃતીવૃષ્મં ) જુવાન અને આદૃતિથી વધના અગ્નિની પામે ( નમઃ વિમ્ર્મ્મઃ ઉપ અગમ ) અગ ધારણ કરી અને પ્રાપ્ત થયમે હીએ. તે ( મે દીર્ઘ માયુઃ કૃણોતુ ) મારું જીવન દીર્ઘ કરે. [ ૧ ]

દરેશન પદે પદે પ્રીત્ય અમિર્મા દવન કરવાથી અને તેમાં મેળવ નિદિત દવનીય પદાર્થોનું દવન કરવાથી ખરખરે નેનાશોમાં જીવન દીર્ઘ અને છે

## દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

કાંડ ૫, સૂકત ૩૦

( કાવિ- ઉમ્મોચનઃ, આયુષ્યામઃ । દેવતા- આયુઃ । )

આવર્તસ્ત આવર્તઃ પરાવર્તસ્ત આવર્તઃ ।

હૃદયં મંવ મા નુ ગા મા પૂર્વાનનું ગાઃ પિતૃનસું ધમામિ તે દદમ્ ॥ ૧ ॥

યસ્વામિચ્છેઃ પુરુષઃ સ્વો યદર્પ્ણો જનઃ । ઉન્મોચનપ્રમોચને ઉમે વાચા વંદામિ તે ॥ ૨ ॥

યદુદ્ગ્રોદિય શેપિયે સ્ત્રિયે પુંસે અર્ચિતયા । ઉન્મોચનપ્રમોચને ઉમે વાચા વંદામિ તે ॥ ૩ ॥

યદેનસો માદુકૃતાન્તેષે પિતૃકૃતાન્તે યત્ । ઉન્મોચનપ્રમોચને ઉમે વાચા વંદામિ તે ॥ ૪ ॥

અર્થ- ( તે આગમઃ આવર્ત ) તારી પામેમાં પામે અને ( મે પરાવર્તઃ આગમઃ ) તારી દૂરમાં દૂરથી ( તે અર્ધ દર્શં ધમામિ ) તારી અંદર પ્રાપ્તને હું અપત નાહું છું. ( રહ દવમઘ ) અહીં જ રહે ( પૂર્વાન મા નુ ગા ) પૂર્વની પાછળ જતો નહિ, ( મા પિતૃનં અનુ ગાઃ ) પિતૃની પાછળ જતો નહિ. એટલે વહેસો ખરતો નહિ. [ ૧ ]

( યત્ દવઃ પુરુષઃ ) એ તારો કાષ્ઠ સંજ થી પ્રરૂપ અથવા ( યત્ અરણઃ જનઃ ) એ કાષ્ઠ હીન માણસ ( રહા મમિચ્છેઃ ) તારી ઉપર કરીઃ માનક પ્રયોગ કરે છે, તે તોના માટે હું ( વાચા તે ) પોતાની વાણીથી તને ( ઉમે ઉન્મોચન પ્રમોચને વંદામિ ) બને છૂટવાની અને રહેવાની વિદ્યા તને કરું છું. [ ૨ ]

( યત્ સ્ત્રિયે પુંસે અર્ચિતયા ) એ અર્ચિતયા પુરુષની સાથે અથવા તપ્તર દીર્ઘ મોડે એ અથવા ( શેપિયે ) શાપ આપે છે, તે ( વાચા ) વાણીથી છૂટવાની અને દૂર રહેવાની બને વિદ્યાઓ હું તને કરું છું. [ ૩ ]

( યત્ માદુકૃતાન્તેષામ્ ) એ માનક કરેલા ખાપથી અથવા ( યત્ પિતૃકૃતાન્તેષામ્ ) એ માપના માપના કારણે ( રોયે ) હું ઉપે છે તે ( વાચા ) વાણીથી છૂટવાની અને દૂર રહેવાની વિદ્યાઓ હું તને કરું છું. [ ૪ ]

વાચામિ - હે રાત્રી ! તારા પ્રાણને હું દૂરના અને પાસેના ઉપાધિથી તારી અંદર સ્થિર કરું છું. તું આ મનુષ્ય લોકમાં દીર્ઘજીવન સુધી રહે. મારા પૂર્વની પાછળ વહેસો જતો નહિ [ ૧ ]

મે તારો પોતાનો સંજ થી અથવા કાષ્ઠ પાસે અપ્રરૂપ, એ કઈપાતક પ્રયોગ કરે તો તેમાંથી અવચાતા બે રસ્તા મેં ઉન્મોચન અને બીજી પ્રમોચન છે. [ ૨ ]

સી અથવા પ્રરૂપનો કોઈ, માતા અથવા પિતાનું પાપ, વગેરે કારણે એ પાપ થાય છે તેમાંથી અવચા મારે પણ આજ મેં ઉપાધિ છે [ ૩-૪ ]

યસે માતા યસે પિતા જામિર્ભાતાં ચ સર્જતઃ । પ્રત્યક્સેવસ્વ મેષજં જરદદિ કૃણોમિ ત્વા ॥ ૫ ॥  
 હૈદિષે પુરુષ સર્વેણ મનસા સહ । દુતૌ યમસ્ય માતું ગા અધિ જીવપુરા હૈદિ ॥ ૬ ॥  
 અનુહૃતઃ પુનરેદિ વિદ્વાનુદયનં પથઃ । આરોહણમાક્રમણં જીર્વતોજીવતોડયનમ્ ॥ ૭ ॥  
 મા વિમેર્ન મરિષ્યસિ જરદદિ કૃણોમિ ત્વા । નિરવોચમહં યક્ષમમ્જ્ઞેમ્યો અજ્ઞજ્વરં તવ ॥ ૮ ॥  
 અજ્ઞમેદો અજ્ઞજ્વરો યથં તે હૃદયામયઃ । યક્ષમઃ ક્ષ્યેન હૃવ પ્રાર્પસદ્વાચા સાઢઃ પરસ્તરામ્ ॥ ૯ ॥  
 ક્રૂર્ણી ચોષપ્રતીચોધાવસ્વમ્નો યથ્ જાગૃધિઃ । તૌ તે પ્રાણસ્યં ગોતારૌ દિવા નક્તં ચ જાગૃતામ્ ॥ ૧૦ ॥  
 અયમગ્રિરપસ્યં હૃદ સૂર્ય ઉદેતુ તે । ઉદેદિ મૃત્યોર્ગમ્મીરાત્કૃણાચ્ચિત્તમસપર્ણિ ॥ ૧૧ ॥

અર્થ— ( યત્ તે માતા ) ને તારી માતા અને ( યત્ તે પિતા ) તારા પિતાએ તેમજ ( જામિઃ ) આતાં જ સર્જતઃ ) ને તારા આપ અને બહેન તેતેવાર ક્યાં છે; ( મેષજં પ્રત્યક્ સેવસ્વ ) તે દવાનું સારી રીતે સેવન કર; ( ત્વા જરદદિ કૃણોમિ ) તને હું જલ્દાવરથા સુધી રહેનારો કરું છું. [ ૫ ]

હે ( પુરુષ ) મનુષ્ય ! ( સર્વેણ મનસા સહ ) સંપૂર્ણ મનની સાથે અહીં રહે. ( યમસ્ય દુતૌ મા અનુ ગાઃ ) યમના દુતો પાછળ જતો નહિ ( જીવપુરાઃ અધિ હૈદિ ) છત્રની પુરીમાં નિવાસ કર. [ ૬ ]

( ઉદયનં પથઃ વિદ્વાન્ ) ઉપર જવાને રસ્તો બહુલો ( અનુહૃત પુનઃ ) આ હૈદિ ) બોલાવેલો. હરી અહીં આવ. ( જીવતઃ ) જીવતઃ આરોહણ આક્રમણં અયનમ્ ) પ્રત્યેક પ્રિતિ પ્રાણુસની ઉપર અહલું અને આક્રમણ કરવું આ બે ગતિ છે. [ ૭ ]

( મા વિમેર્ન, ન મરિષ્યસિ ) ડરતો નહિ, તું કદિ મરશે નહિ ( જરદદિ ત્વા કૃણોમિ ) જલ્દાવરથા સુધી રહેનારો હું તને કરું છું. ( તવ અજ્ઞોગ્યઃ અજ્ઞજ્વરં યથં અહં નિરવોચં ) તારા અગોભાંધી શરીરના જ્વરને અને ક્ષયરોગને હું બહાર કાઢી નાખું છું. [ ૮ ]

( અજ્ઞમેદઃ અજ્ઞજ્વરઃ ) અવધવાની પીડા, અંગોનો જ્વર, ( ય ચ તે હૃદયામયઃ ) અને ને તારો હૃદયરોગ છે, ( સાચા સાઢઃ યક્ષમઃ ) વાણીથી પરાજય પામેલો વક્ષરોગ ( ક્ષ્યેન હૃવ પરસ્તરાં પ્રાપસત્ ) ખાખખાનીની જેમ નાસી જાય. [ ૯ ]

( ચોષ પ્રતીચોધી ક્રૂર્ણી ) બોધ અને પ્રતિબોધ આ બે જનિ છે. ( અસ્વપ્ન યા ચ જાગૃધિઃ ) એક નિદ્રાશિત અને બીજી જાગે છે ( તૌ તે પ્રાણસ્ય ગોતારૌ ) તે બંને તારા પ્રાણના રક્ષક છે, તે તારી જાગર ( દિવા નક્તં ચ જાગૃતાં ) રાતદિવસ જાગતા રહે. [ ૧૦ ]

( અયં અગ્નિઃ ઉપસપઃ ) આ અગ્નિ ઉપાસના કરવા લાયક છે. ( હૃદ તે સૂર્યઃ ઉદેતુ ) અહીં તારા માટે સૂરજ ઉદય પામે ( મીરાત્ કૃણાત્ તસ્યઃ સૂર્યોઃ ચિત્ ) બનથેર કાળા અધોરાધી પ્રત્યુની પ્રજ્ઞ ( પ્રિતિ જ્ઞેદિ ) પેલીવાર પ્રકાશિત થા. [ ૧૧ ]

આવાર્થ— માતા, પિતા, બાઈ, બહેન વગેરે દ્વારા તેવાર કરાએલી દવા રોગીએ સેવન કરતી અને દીર્ઘાંશુની યત્. ( ૫ )  
 પોતાના મનની સંપૂર્ણ શક્તિ રોગનિવૃત્તિમાં વિશ્વાસપૂર્વક લગાડવી કોઈ પ્રાણુસે યમજ્ઞતના તાળામાં ન જવું અને આ શરીરમાં-એટલે કે છત્રાભાની નયરીમાં દીર્ઘાંશુ સુધી રહેવું. ( ૬ )

ઉત્તનિતા માર્ગ બહુલો બેઠેલો. એટલે મનુષ્ય આરોગ્યની ઉત્તિ સાધવાના ઉપાયો બહુલા અને રોગો ઉપર આક્રમણ કરી તેમનો પરાજય કરવા ( ૭ )

હે રોગી ! હું ડરતો નહિ, હું મરવાના નથી હું તારું જ્વરન પૂર્ણ કરું છું. તારા બધા જ અવધવામાંથી જ્વર અને ક્ષયને દૂર કરું છું. ( ૮ )

શરીરનું દુષ્ક્રમ, અંગોના લાવ, હૃદયરોગ અને ક્ષયરોગ આ બધા તારા શરીરમાંથી દૂર થાવ. ( ૯ )

તારી અંદર બોધ અને પ્રતિબોધ આ બે જનિઓ છે. એક સુરતી આવવા દેતો નથી અને બીજો બન્યું રાખે છે આ તારા પ્રાણુસક છે કારણ તે દિવસ રાત્ર બંને છે. ( ૧૦ )

અહીં તારે પ્રાણુસની ઉપાસના કરવી તેથી તારી અંદર આત્માથી સૂરજ પ્રકાશિત થતો રહે એમ કરવાથી ચંદ્ર અખારાપ્ર પ્રત્યુની ઘંટર વધસ અને પોતાના પ્રકાશ વડે પ્રકાશિત થયે ( ૧૧ )



નમો યમાય નમો અસ્તુ મૃત્યુયે નમઃ પિતૃભ્યં ઉતે યે નયન્તિ ।

ઉત્પારણમ્ય યો વેદુ તમાર્થિ પુરો દંધેઽસ્મા અરિષ્ટતાતયે

॥ ૧૨ ॥

પેતુ પ્રાણ પેતુ મનુ પેતુ ચક્ષુરથો ચલંમ્ । શરીરમસ્ય સં વિદ્વાં તત્પર્યા પ્રતિ તિષ્ઠતુ

॥ ૧૩ ॥

પ્રાણેનાર્થે ચક્ષુષા સં સંજ્ઞેમં સમીરમ તન્નાશ્ચ સં ચલેન ।

॥ ૧૪ ॥

વેત્થામૃતસ્ય મા નુ ગાન્મા નુ મૃમિપૃહો મૃચત્

મા તૈ પ્રાણ ઉપં દસન્મો અવાનોઽર્પિ ધાયિ તે । સૂર્યસ્વાર્ધિપતિર્મૃત્યાંકુદાર્યચ્છતુ રક્ષિમિઃ ॥ ૧૫ ॥

દ્યુમન્તર્વેદતિ જિહ્વા વદ્ધા પનિષ્પદા । ત્વયા યદ્મં નિર્વોચં શૃતે રોપીશ્ચ તુકમનઃ

॥ ૧૬ ॥

અયં લોકઃ પ્રિયત્તમો દેવાનામર્પરાજિતઃ । યસ્મૈ ત્વમિહ મૃત્યુર્વે દિષ્ટઃ પુરુષ જહ્નિવે ।

સ ચુ ત્વાનું હયામસિ મા પુરા જૃસો મૃયાઃ

॥ ૧૭ ॥

અર્થ — ( યમાય નમઃ ) યમને નમસ્કાર હો. ( મૃત્યુયે નમઃ ) મૃત્યુને માટે નમસ્કાર હો. ( ઉત યે નયન્તિ, પિતૃભ્યં નમઃ ) જે અમને લઈ જાય છે તે પિતૃશ્રેણે નમસ્કાર. ( યા ઉત્પારણમ્ય વેદ ) જે પાર લઈ જઈ આવે છે, ( તે સર્ગિ અસ્મે અરિષ્ટતાતયે પુરાઃ દંધે ) ને અગ્નિને આ કરવાબુદી દિક્ષા માટે આગમ કરે છે. [ ૧૨ ]

( પ્રાણઃ આ પેતુ ) પ્રાણ આવે, ( મન આ પેતુ ) મન આવે ( ચક્ષુઃ મયો વલ ) દષ્ટિ અને શક્તિ મળે આવે, ( અસ્વ શરીર વિદ્વાં સ પેતુ ) અનુ શરીર સુદિની અનુસાર ચાલે ( તત્ પદ્મર્પા પ્રતિ તિષ્ઠતુ ) તે પદ્મ પડે પ્રતિષ્ઠાને પ્રાપ્ત થાય. [ ૧૩ ]

હે અમને ! ( પ્રાણેન ચક્ષુષા સસૃજ ) પ્રાણ અને દષ્ટિથી સમુજા કર. ( તન્વા ચલેન હમ સં સં હરય ) શરીર અને બળથી તેને ગ્રેસીત કર. ( અમૃતસ્ય વેરથ ) હું અમૃતને બળે છે. ( મા નુ માત ) તારા પ્રાણ આપેશો ન જાય. ( મૃમિપૃહા મા નુ મૃચત્ ) ભૂમિને ધર કરનારો ન ચા એટલે મરોને માટીમાં મળી ન જવો. [ ૧૪ ]

( તે પ્રાણઃ મા ઉપવસત્ ) તારા પ્રાણ નષ્ટ ન થાય ( તે અવાન મો અર્પિ ધાયિ ) તારા અવાન દક્ષાપ ન જાય ( અધિપતિઃ સૂર્યઃ રક્ષિમિઃ ત્વા ઉદાયચ્છતુ ) અધિપતિ સૂર્ય દિશ્વો પડે તને ઉપર ઉઠાવે. [ ૧૫ ]

( પનિષ્પદા-દ્યયં અન્તઃ વદ્ધા જિહ્વા ) શબ્દ બોલનારી આ બેઠાની અંદર જ ધાએથી શબ્દ ( વદતિ ) બોલે છે. ( ત્વયા યદ્મં ) તારી બોડે રહેનારો ક્ષપરોમ અને ( તુકમનઃ ચ શતે રોપીઃ ) નવરતી સો પ્રકારની પીઠ ( નિર્વોચં ) ફર કરે છે. [ ૧૬ ]

( અયં અપરાજિત લોકઃ દેવાનામર્પિયત્તમઃ ) આ પરાશ્રુત ન થએલા લોક દેવોનો પ્રિય છે. ( યસ્મે મૃત્યુર્વે દિષ્ટઃ પુરુષઃ સ્વ હહ જાશિવે ) જે લોકના મૃત્યુને નિમિત્ત પ્રાપ્ત થનારો હું પુરુષ અહીં ઉત્પત્ત થાય છે. ( ત્વા ચ ત્વા અનુહયામસિ ) તે તને કરી બોલાવે છે અને કહે છે કે ( જરસઃ પુરા મા મૃયાઃ ) વૃદ્ધતા પહેલાં મરતો નહિ. [ ૧૭ ]

વાચાર્થ — યમ અને મૃત્યુને નમસ્કાર હો, તેમજ એમો મૃત્યુની પાછળ તથા જાય છે તે પિતૃશ્રેણે પણ નમસ્કાર હો. મૃત્યુથી પાર થવાની નિશા જે બળે છે તે અગ્નિથી કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરે છે. [ ૧૨ ]

પ્રાણ, મન, ચક્ષુ જવ આ બધી શક્તિઓ શરીરમાં ફરી આવી નિવાસ કરે અને આ શરીર પેતાની પગે ઉભા થાય. ( ૧૩ ) આ પ્રાણ અને દષ્ટિની શક્તિથી શુદ્ધ થાય શરીરના બળથી તે ગ્રેસીત થાય અમૃત પ્રાપ્તિનો ઉપાય બળી તે એથી તારા પ્રાણ શીઘ્ર ચાર્થો બન નહિ. ( ૧૪ )

તારા પ્રાણ અને અધન તારા શરીરમાં દરબાથી રહે, સૂર્ય પેતાના કિરણો પડે તને ઉપર ઉઠાવે, એટલે જીવન આપે. ( ૧૫ )

પેતાની વામસ્થિતી હું કહું છું કે ક્ષાય, જ્વર તેમજ બીજી પીડાઓ આ પ્રકારે ફર કાય છે. ( ૧૬ )

હું દેવોને પ્રિય છું, એ કે આ મૃત્યુપીડામાં જન્મ લેવાના કારણે જ ( કાશ્વરિ ) મરવાનો તો છે જ, તો પણ અમે એમ કહીએ છીએ કે તુ મરશે થવા પહેલાં ન મર ( ૧૭ )

## દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

### આરોગ્યયુક્ત દીર્ઘજીવન

આ સૂક્તમાં આરોગ્યયુક્ત દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાના ધણા ઉદ્દેશો છે વાચકો તેનું મનન કરશે તો તેમને ધણે લાભ થશે. અહીં દીર્ઘાયુ વિષે મુખ્ય ત્રણ આત્મવિશ્વાસનો છે તે વિષે પ્રથમ મંત્રનો નિર્દેશ જોવાલાયક છે—

### આત્મવિશ્વાસથી દીર્ઘજીવન

इह एव भव, पूर्वांश्च पितृन् मा अनुयाः ।

તે જહુ જહું જહનામિ ॥ ( મ. ૧ )

‘ અહીં એટલે આ શરીરમાં રહે, પ્રાચીન પૂર્વજોની પાછળ જતો નહિ, એટલે જહીં મરી જતો નહિ. તારા શરીરમાં પ્રાણને સખત બાંધી રાખુ છું ’ આ મંત્ર ૨૫૯ શબ્દો વડે કહે છે કે આત્મવિશ્વાસથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થવામાં મદદ થાય છે. ‘ તું મરતો નહિ ’ આ તેનેજ કહી શકાય કે જેના આધીન વહેણું અથવા મોડે મરણ, છે જે પ્રાણસના આધીન તે વાત ન હોય તો, ‘ આ સમયે મરતો નહિ, વૃદ્ધાવસ્થા પછી મર ’ એવી આશાઓ નાકામી છે આ આશાઓ પોષાકારીને કહે છે કે મનુષ્યની ઇચ્છાશકિત ઉપર વહેલા કે મોડા મરણ તે અવલંબીત છે. ‘ હું જહીં મરવાનો નથી, હું દીર્ઘાયુ થવાનો છું, હું આજ જીવન ધર્મકાર્યમાં સમર્પણ કરવાનો છું ’ આ પ્રકારે મનની સુદૃઢ ભાવના રહે તો અર્ધ આયુષમાં સહસ્રા અયુષ ન થાય પણ જે કોઇ વિશ્વની ક્ષણિક શુરતાનો ખ્યાલ કરતો રહે તો તે પોતે ક્ષણિક શુર બનશે આત્મવિશ્વાસ એ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્તિ માટેના અનુકૂળોનું મૂળ છે જે આ મૂળ સુદૃઢ કરી તોજ ખીજ અનુકૂળો સિદ્ધ થઇ શકે છે

ખીજ મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ ઉત્તમોચન અને પ્રમોચન ’ આ બે ઉપાય છે, જેઓ વડે આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવન સિદ્ધ થાય છે. આ વિધિ શુ છે તેની શોધ થવી જોઇએ તેમાંથી એક વિધિ આરોગ્ય વધારનારી અને ખીજ અકાળમૃત્યુ દૂર કરનારી છે

### કુવિચારોથી અનારોગ્ય

ત્રીજ મંત્રમાં સ્ત્રી પુરુષોને શ્રાપ આપવો, ગાળો આપવી અથવા ખરાબ શબ્દો બોલવા એ સાઈ નથી એમ કહ્યું છે

૧૦ [ અથર્વ. ૪ ]

કોઇનો દોષ કરવો પણ ધાતક છે ખરાબ શબ્દો બોલવાથી પહેલાં આપણુ મન ખરાબ વિચારોથી ભરાઇ જાય છે અને જે તેના હીન શબ્દો સાંભળે છે તેઓના મનમાં પણ તેના જ હીનભાવ બેગા થાય છે એવી રીતે મનનું સ્વાસ્થ્ય બગાડવા આવા ખરાબ શબ્દો કારણ થાય છે, મનનું સ્વાસ્થ્ય બગાડવાથી જ શરીરમાં રોગખીજ પ્રવેશ કરે છે અને તે રોગખીજને તેજ કારણે ત્યાં રિધર થાય છે

### માતાપિતાનું પાપ

માતાપિતાના પાપાચરણથી પણ રોગ થાય છે તે વાત યોગ્ય મંત્રમાં કહી છે—

मातृकृताश्च पितृकृताश्च एनसः शोषे । ( મ. ૪ )

‘ માતા અને પિતાએ કરેલા પાપે તું બિમાર થઇને પડ્યો છે. ’ આ મંત્રભાગમાં ૨૫૯ કહ્યું છે કે બીમારીનું એક કારણ માતાપિતાનું પાપાચરણ પણ છે માતાપિતાના પાપી આચાર બળહારના કારણે બાળકનું શરીર જન્મથી જ નિર્બલ થાય છે અને બાળક જન્મથી બિમારીનું ધર બની જાય છે. મૃદસ્થપ્રમથી રહેનારા લોકોએ આ મંત્રનો અવસ્થા વિચાર કરવો. કારણ કે જે તે કંઈ પાપ કરશે તો તે પોતના વંશજોને દુઃખમાં નાખવા બદલ દોષી થશે આ ઉપરથી આપણને ખબર પડે છે કે બ્યભિચારી, મદ્યપાન વગેરે દુષ્ટ વ્યસનોમાં લપટાએલા લોકો પોતે દુઃખ બોગવે છે એટલું જ નહિ પણ પોતાના વંશજોને રોગપ્રી સાગરમાં નાંખે છે વેદે આ મંત્ર વડે જનતાના આરોગ્યની ખામતમાં ધણો સારો ઉપદેશ આપ્યો છે વાચકોએ તેનું મનન અને આચરણ કરવું જોઇએ

પાંચમાં મંત્રમાં કહ્યું છે કે—

એવંજં સેવસ્સ્વા ત્વા જરદાષ્ટિ કૃણોમિ । ( મ. ૫ )

‘ રોગ્ય દવાનું સેવન કર, એટલી પરજી પાળીશ તો હું તને દીર્ઘાયુ કરીશ. ’ સઠ લાવતો નહિ તું પથપાલન કરવાથી જરૂર દીર્ઘાયુ બની જામશ

### માનસશકિત

છઠ્ઠા મંત્રમાં મનની શકિતનું વર્ણન કહ્યું છે. તે વિશેષ મહત્વનું છે—

પુરુષ । સર્વેન મનસા સદા હૃદયેષિ ।

યમસ્ય દૂતો માં મનુગાઃ । જીવપુરા મયિ હૃદિ ॥

( મં. ૬ )

‘હે મનુષ્ય ! પોતાની બધી માનસિક ક્રિતિ સાથે તું અહીં રહે. યમના દૂતના પાછળ જતો નહિ. એવાની પુરીમાં એટલે આ શરીરમાં અહીં રિધર રહે.’

આ મંત્રનો સંખંધ પહેલા મંત્રમાં કહેલી વાત જોડે ધણો જ ધનિષ્ઠ છે. પોતાની બધી માનસિક ક્રિતિ સાથે ઇચ્છાપૂર્વક ‘હું દીર્ઘાયુ બનીશ’ એવા નિશ્ચય મનમાં કરવો જોઈએ. મનની ક્રિતિ વિશ્લેષણ છે, મનની ક્રિતિ નેટલી પ્રવળ હશે તેટલી જ સિદ્ધિ નિશ્ચયથી થઈ શકે છે. મનની ક્રિયાનાથી રોમી મનુષ્ય નીરોગી અને નીરોગી માણસ રોગી બને છે. બળવાન નિર્બળ થાય છે અને નિર્બળ પણ સમજાતી જેમ કાપ કરવામાં સમર્થ થઈ જાય છે. મનની આવી વિશ્લેષણ ક્રિતિ ઢોચના કરણે કરતાં માણસે મનમાં સુવિચાર ધારણ કરી આરોગ્યપૂર્ણ દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરવું. હીન વિચારો મનમાં આવવા દેવા નહિ. કારણ કે હીન વિચારોથી મનુષ્યનું શ્રવન ક્ષીણ બને છે. મરુચ્છનો વિચાર હદિ મનમાં આવવા દેવો નહિ. પૂર્ણ આરોગ્યનો જ વિચાર મનમાં રિધર કરવો.

ઉત્તતિનો માર્ગ

આપણી ઉત્તતિનો માર્ગ કયો છે, તેનું જ્ઞાન શ્રેષ્ઠ માણસો પાસેથી મેળવવું અને તે મુજબ આચરણ કરવું. આરોગ્ય પ્રાપ્તિના માર્ગનું નામ ‘હૃદયન વધઃ’ છે, એટલે કે ઉચ્ચતર અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાનો આ જ માર્ગ છે. તે ઉપરથી ‘આરોહણં આક્રમણં’ એટલે આ આરોગ્યના રસ્તા ઉપર આવવું અને તે રસ્તે ચાલવું મનુષ્ય માટે લાભદાયક છે—

હૃદયનં વધઃ વિજ્ઞાન્ પેદિ ।

આરોહણં આક્રમણં જીવતાઃ અયનમ્ ॥ ( મં. ૭ )

‘ઉત્તતિનો માર્ગ જાણીને આ સંસારમાં રહે. આ માર્ગ ઉપર આવવું અને આ માર્ગે જ ચાલવું એવિત મનુષ્યના માટે લાભકારક છે.’ માટે દરેક માણસે પોતાનું આરોગ્ય વધારનાર ઉપાયો જાણવા અને તેમનું આચરણ કરી પોતાનું શ્રવન અને આરોગ્ય વધારવું. આ પ્રકારે વર્તવાથી કેટલો લાભ થાય છે, તેનું વર્ણન આદ્યા મંત્રમાં કર્યું છે—

મા વિમેઃ । જ મરિચ્યસિ । તવા અરદ્ધિઃ કુળોમિ ।

( મં. ૮ )

જો તું આ પહેલાં કહેલા મંત્ર ૭ મુજબ આચરણ કરીશ તો તું જલ્દી મરીશ નહિ, તું રસો નહિ, તું તને દીર્ઘાયુ કરે’ છું. ‘જો મનુષ્ય પહેલાં કહ્યા મુજબ આચરણ કરશે તો તેને આવો આશીર્વાદ જરૂર મળશે. વાયકો ! નિશ્ચય કરી લુઓ, તો તમને ખબર પડશે કે આ શ્રવણ રસો છે. પણ માણસો પ્રવેશનમાં પડે છે અને હસાય છે—

માર્ગદર્શક બે મુખિઓ

પોતાની જાંઠર માર્ગ બનાવનારા બે મુખિઓ બેસેલા છે. આ મુખિઓ ૧૦ મા મંત્રમાં જુઓ—

કોથમત્રીયોર્ધા મુખીઃ । મરુવમ્પા જાણિઃ ।

તૌ માણસ્ય ગૌસારીં દિવાનકં વ જાણતામ્ ॥

( મં. ૧૧ )

‘મનુષ્યની જાંઠર બોધ અને પ્રતિબોધ એટલે જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન આ બે મુખિઓ છે. તેમની પાસેથી સાચું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. તેઓમાંથી એક ( અ-સ્વપ્ના ) સુસ્ત નથી અને બીજો હમેશા જાગૃત રહે છે. આ બે મુખિઓ મનુષ્ય પ્રાણના રક્ષક છે. તેથી તેઓ સતતદિવસ જાગૃત રહે.’ આ બે મુખિઓ અહીં જાગતા રહેવાથી મનુષ્ય નિરોગી, સ્વસ્થ અને દીર્ઘશ્રવન મુક્ત બને છે. જ્ઞાન-વિજ્ઞાનથી તેને અહીંથી બ્યવહાર કેવી રીતે કરવો તેનું જ્ઞાન થઈ શકે છે. સારો બ્યવહાર કરી આ માણસ પોતાનું આરોગ્ય તંદુરસ્ત રાખે છે અને દીર્ઘાયુ બને છે. બ્યકિતમાં અને સમાજમાં આ બોધ અને પ્રતિબોધ અથવા જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન જાગૃત રહે જ્યાં સુધી તેમની જાગૃતિ રહેશે. ત્યાં સુધી ઉત્તતિ થવી સ્વાભાવિક છે. આટલું કહ્યું છે—

મમ્મોરાત્ કૃણાત્ તમસઃ પરિ ઉદેદિ ॥

( મં. ૧૧ )

‘બધાર, કળા અધારમાંથી યત્નમાંથી ઉપર જાડે જલ્દી મરુના અધારમાં ફસાતો નહિ. શ્રવનના પ્રકાશમાં હમેશ રહે અહીં પહેલાં કહેલા બે મુખિઓની નાદથી યત્નથી જાણવાનો ઉપદેશ છે. કારણ કે તેઓ જ યત્નને ફર કરી દીર્ઘશ્રવન બનાવનારા છે.’

મૃચ્છને દૂર કરવો

અહીં બાનમાં રાખવા જેની યોગ્ય એક વાત કહી છે

કે ' મૃત્યુ અધાર્' છે ' અને ' જીવન પ્રકાશમય છે. ' આ અનુભવ સત્ય છે. જીવન મનુષ્યનું પ્રકાશવર્ણ આકાશ-ભર વ્યાપક હોય છે. આ પ્રકાશવર્ણ મરણ સમયે ધીમે ધીમે નાનું થતું જાય છે. જ્યારે આ પ્રકાશવર્ણ અંગુઠા જેટલું રહે છે. તે સમયે મનુષ્ય મરેલો હોય છે. મરનાર માણસને મૃત્યુ પહેલાં થોડા કલાક એવો અનુભવ થાય છે કે જગતને વ્યાપનારો પ્રકાશ હવે ધરની અંદર જ છે અને બહાર અધાર્ છે. મૃત્યુને ઇચ્છારૂપે વર્ણવેલો છે તેનું કારણ આ છે. આ કંઈ કલિકલ્પના નથી પણ સત્ય વાત છે. પોતે પોતાને અધાર્થી વ્યાપી જવા દેવું ન જોઈએ. તેજ મૃત્યુને દૂર કરવાનું તાર્કિક છે. એટલું પ્રકાશનું મહત્ત્વ છે. આ પ્રકાશ પોતાના આત્માનો જ છે બહારનો નથી.

જીવનનું લક્ષણ

જીવને આ ભોક્તાથી મમોક્તામાં લઈ જનાર પિતરોનું

વર્ણન બારમા મંત્રમાં કહ્યું છે. તેઓ કૃપા કરે અને અમને ( હત્તવારણ ) મૃત્યુને વટાવી જવાના અનુદાનમાં મદદ કરે. આ વાત બારમા મંત્રમાં કહ્યા પછી તેરમા મંત્રમાં જીવનનું લક્ષણ બતાવ્યું છે.

‘ મનુષ્યના શરીરમાં પ્રાણ, મન, ચક્ષુ અને બળ રહે અને તે પોતાના પગની શક્તિથી ઉભો રહે. ’ ( મં. ૧૩ ) આ જીવનનું લક્ષણ છે. આ ઉપરથી મૃત્યુનું લક્ષણ પણ જાત થાય છે, તે જા પ્રકારે- ‘ શરીરમાં પ્રાણ, મન, આંખ અને શક્તિ ન રહે અને શરીર પોતાના પગ ઉપર ઉભું રહી શકે નહિ. ’ આ શક્તિઓ શરીરમાં હોતી અથવા ન હોતી તેજ જીવન અથવા મૃત્યુ છે. જેથી પહેલાં કહ્યા મુજબ મૃત્યુને દૂર અને જીવનને પાસે કરી શકાય છે.

વાચક જા મંત્રોનો સારી પેઠે વિચાર કરશે તો તેમને આ સૂક્તમાં કહેલું જીવનવિધાનું જ્ઞાન થઈ શકશે.

## ઘાતક પ્રયોગોને દૂર કરાવવા

કાંક ૫, સૂક્ત ૩૧

( કાવિઃ- શુકઃ । દેવતા- કૃત્યાવલણમ્ । )

યાં તે ચક્રુઃ પાત્રે યાં ચક્રુર્મિશ્રવાન્યે ।

આમે માંસે કૃત્યાં યાં ચક્રુઃ પુનઃ પ્રતિ હરામિ તામ્

॥ ૧ ॥

યાં તે ચક્રુઃ કૃકુવાકાંયજે વા યાં કુરોરિણિ ।

અવ્યાં તે કૃત્યાં યાં ચક્રુઃ પુનઃ પ્રતિ હરામિ તામ્

॥ ૨ ॥

યાં તે ચક્રુરેકશ્વકે પશુનામુમયાદતિ । ગર્દમે કૃત્યાં યાં ચક્રુઃ પુનઃ પ્રતિ હરામિ તામ્ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( યાં તે આમે પાત્રે ચક્રુઃ ) જેને તે કાવ્યા વાસણમાં કરે છે, ( યાં મિશ્રવાન્યે ચક્રુઃ ) જેને મિશ્ર-ધાન્યમાં કરે છે, ( આમે માંસે યાં કૃત્યાં ચક્રુઃ ) કાવ્યામાંસમાં જે હિંસાનો પ્રયોગ કરે છે, ( તાં પુનઃ પ્રતિ હરામિ ) તેને હું દૂર કરું છું. [ ૧ ]

( યાં તે કૃકુવાકાંય ચક્રુઃ ) જેને તેઓ પક્ષિવિશેષમાં કરે છે, ( યાં વા કુરોરિણિ અજે ) અથવા જે સંગિ-વાળા થેટા અથવા બકરામાં કરે છે ( યાં કૃત્યાં તે અવ્યાં ચક્રુઃ ) જે ઘાતક પ્રયોગ તે થેટીમાં કરે છે, ( તાં ) તેને હું દૂર કરું છું. [ ૨ ]

( યાં તે વકશ્વકે ચક્રુઃ ) જેને તેઓ એક ખરીવાળા પશુમાં કરે છે, ( પશુનાં ઉમયાદતિ ) જે પશુઓને નીચે ઉપરના બંને દાંત હોય છે, એવા પશુઓમાં જે પ્રયોગ કરાય છે, ( યાં કૃત્યાં ગર્દમે ચક્રુઃ ) જે ઘાતક પ્રયોગ ગણમાં કરાય છે, ( તાં ) તેને હું દૂર કરું છું. [ ૩ ]

યાં તે ચક્રમૂલાયાં ચલનં વાં નરાચ્યામ્ ।

ક્ષેત્રે તે કૃત્યાં યાં ચક્રઃ પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્

॥ ૪ ॥

યાં તે ચક્રગાર્હપત્યે પૂર્વાગ્રાવુત દુશ્ચિતઃ । શાલાયાં કૃત્યાં યાં ચક્રઃ પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્ ॥ ૫ ॥

યાં તે ચક્રઃ સમાયાં યાં ચક્રરંધિવેન । અક્ષેપુ કૃત્યાં યાં ચક્રઃ પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્ ॥ ૬ ॥

યાં તે ચક્રઃ સેનાયાં યાં ચક્રરિંખ્યાયુષે । દુન્દુમી કૃત્યાં યાં ચક્રઃ પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્ ॥ ૭ ॥

યાં તે કૃત્યાં કર્પેઽવદ્યુઃ સ્મશાને વાં નિચ્છન્તુઃ ।

॥ ૮ ॥

સર્ગનિ કૃત્યાં યાં ચક્રઃ પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્

યાં તે ચક્રઃ પુરુષાસ્થે અગ્રો સંકેસુકે ચ યામ્ ।

॥ ૯ ॥

ત્રોકં નિર્દાહં ક્રત્વાદં પુનઃ પ્રતિં હરામિ તામ્

॥ ૧૦ ॥

અર્પયેના જમારેણાં તાં પુથેતઃ પ્ર હિંમસિ । અર્ધારો મર્યાધીરમ્યઃ સં જમારાચિશ્વા

અર્થ — ( યાં તે મમૂલાયાં ચક્રઃ ) નેને તેઓ અશ્વા ઓષધિમાં કરે ॥ અને ( નરાચ્યાં વાં ચલનં ) નરાથી ઓષધિમાં બળ પડાવના ને પ્રયોગ કરે ॥ ( યાં કૃત્યાં તે ક્ષેત્રે ચક્રઃ ) ને ખાતક પ્રયોગને તેઓ બેનરમાં કરે છે, ( તાં૦ ) તેને હું ફર કરે છું. [ ૪ ]

( યાં તે ગાર્હપત્યે ચક્રઃ ) નેને ગાર્હપત્ય અગ્નિમાં કરે છે, ( જત લુચિતઃ પૂર્વાગ્રા ) અને નેને અગ્રણ રીતે પહેલાં જ પ્રવલિત થયેલ અગ્નિમાં કરે છે તેમજ ( યાં કૃત્યાં શાલાયાં ચક્રઃ ) ને ધાતક પ્રયોગશાળામાં કરાય છે, ( તાં૦ ) તેને હું ફર કરે છું. [ ૫ ]

( યાં તે સમાયાં ચક્રઃ ) નેને તેઓ સભામાં કરે છે, ( યાં અધિવેવને ચક્રઃ ) નેને રમતમાં કરે છે, ( યાં કૃત્યાં અક્ષેપુ ચક્રઃ ) ને ખાતક પ્રયોગ પાશમાં કરાય છે, ( તાં૦ ) તેને હું ફર કરે છું. [ ૬ ]

( યાં તે સેનાયાં ચક્રઃ ) નેને તેઓ સેનામાં કરે છે, ( યાં રપુ-ચાયાયે ચક્રઃ ) ને, ખાતક પ્રયોગ બાણ અને ધનુષ્ય ઉપર કરાય છે, ( યાં કર્યાં હુંદુમે ચક્રઃ ) ને ખાતક પ્રયોગ કુંડુલિ ઉપર કરાય છે, ( તાં૦ ) તેને હું ફર કરે છું. [ ૭ ]

( યાં કૃત્યાં તે કર્પે અવદ્યુઃ ) ને ખાતક પ્રયોગ તેઓ કુશમાં કરે છે, ( સ્મશાને વાં નિચ્છન્તુઃ ) અથવા નેને રમશાનમાં દોટે છે, ( યાં કૃત્યાં સર્ગનિ ચક્રઃ ) અથવા ને ખાતક પ્રયોગને ઘરમાં કરે છે, ( તાં૦ ) તેને હું ફર કરે છું. [ ૮ ]

( યાં તે પુરુષાસ્થે ચક્રઃ ) નેને તેઓ મનુષ્યના હાડકામાં કરે છે, ( સંકેસુકે અગ્રો ચક્રઃ ) ને પ્રવલિત અગ્નિમાં કરે છે, ( ત્રોકં નિર્દાહં ક્રત્વાદં પ્રતિ ) ચોરીથી પ્રવલિત કરેલા ચાંસ ખાનારા અગ્નિ તરફ ( પુનઃ તાં પ્રતિ હરામિ ) ફરી હું તમે પાછો હાણું છું. [ ૯ ]

( અર્પયેત વનાં જમાર ) આ હિંસાને અગ્રણ રસ્તે આણેથી છે, ( તાં વયાં રતઃ પ્રહિંમસિ ) તેને સારા રસ્તે અહીંથી હતાપીએ છે, ( અર્ધારઃ મર્યાધીરમ્યઃ ) મદ મનુષ્ય માર્દાઃ ધારણ કરનાર પુરુષ પાસેથી ( અચિત્વા સંજમાર ) વિચાર કર્યા વગર ઉપાય મેળવી શકે છે. [ ૧૦ ]

ભાષાર્થ — કાણુ વાસણ, મિથ ધાત્ય, કાણુ માંસ, કૃષાક પંખી, પેદાં-બકરાં, બાકરી અથવા ઘેડી, એક અરીવાળા ઘટ્ટ, નાંચે ઉપર દાંન હોય એવા ઘટ્ટ, અગ્રેકુંઃ અશ્વા ઓષધિ, નરાથી વનરપતિ, ખેતર, ગાર્હપત્ય અગ્નિ, પૂર્વાગ્ર, યદ અથવા ચોરડી, સભા, રમવાનું ટેકાણું, ધારા, સેના, બાણ અને ધનુષ્ય, કુંડુલી, કુવેર, રમશાન, ઘર, પુરુષના હાડકાં, પ્રદીપ્ત અગ્નિ, માંસને બાળનારી અગ્નિ વગેરે ટેકાણે દુધ લેતો ખાતક પ્રયોગ કરે છે. તેમાંથી બચવા માટે વપાય કરવા બોધાયે. ( ૧-૫ )

આ ધાતક પ્રયોગો અગ્રણ રસ્તે જ થવા કરે છે; એ કે ધીલેએએ ક્રમાર્ધથી એવા પ્રયોગો કરાતે, ખબુ તેમને ચારીરીતે ફર કરવા ઉપાય આપણે કરવા બોધાયે મનુષ્ય પેાતે ઉપાય નબળતા હોય તો સારી પુરુષો પાસેથી ઉપાય બજાવી લેવા. ( ૧૦ )

ચક્ષુઃકાર ન ચક્ષાક કર્તુ શ્ચે પાદમહગુરિમ્ । ચક્ષુઃકાર મદ્રમસ્મમ્યમમ્મો મર્ગવચ્ચઃ ॥ ૧૧ ॥  
કૃત્યાકૃત વલગિન મૂલિન શપયેચ્ચમ્ । ઇન્દ્રસ્તં ઇન્તુ મહતા વૃષેનાગિર્વિષ્યત્વસ્તયા ॥ ૧૨ ॥

અર્થ— ( ચ. કર્તુ ચકાર ) જેણે દિંસા કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો, તે ( ન ચક્ષાક ) તે તેમાં ફાળો નાંદ પથ ( પાદ મહગુરિ શ્ચે ) તેણે જ ન ખર અને આંગળીઓ તોડી છે. ( અમાન. ) તે અભાગિયાએ તો, ( અસ્મમ્ય મગવદ્વયઃ મદ્ર ચકાર ) અમે સૌભાગ્યશાળીઓ માટે તો તેણે ક્ષમાથી જ કહ્યું છે. [ ૧૧ ]

( ઇન્દ્રઃ યલગિન ) ઇન્દ્ર આ નીચ ( મૂલિન શપયેચ્ચ ) મૂળમાં દુઃખ આપનાર અને માણે આપનારાઓને ( મહતા વૃષેનાગિર્વિષ્યત્વસ્તયા ) મોટા વધોપાવથી ખારી નાખે અને ( અગ્નિઃ અસ્તયા વિષ્યન્તુ ) અગ્નિ અભયથી વિધે [ ૧૨ ]

ભાવાર્થ— જે ખીલની દિંસા કરવા પ્રયાસ કરે છે તે ખીલના પહેલા પેદાની જ દિંસા કરે છે. જે ખીલની દિંસા કરવા પછી તે અભાગીઓ છે તેનાથી ઇશ્વરમંત્ર દોષવાના કારણે જે વા વધાન છે તેમના લાભ જ થાય છે. ( ૧૧ )

ઇશ્વર જ નીચ માણસને દંડ આપશે ( ૧૨ )

## દીર્ઘજીવન અને તેજસ્વિતા

કાંડ ૫, સૂક્ત ૨૮

( ઋષિ - અયર્વા । દેવતા - ત્રિપુલ । )

નવ પ્રાણાન્નવમિઃ સં મિમીતે દીર્ઘાયુસ્વાયં શતશારદાયં ।  
હરિતે ત્રીણિ રજતે ત્રીણયસિ ત્રીણિ તપસાવિષ્ટિતાનિ ॥ ૧ ॥

અગ્નિઃ સૂર્યશ્ચન્દ્રમા ભૂમિરાપો યૌરન્તરિક્ષં પ્રદિશ્નો દિશંશ્ચ ।  
અર્ત્તવાઃ ઋતુમિઃ સંવિદાના અનેન મા ત્રિવૃતાં પારયન્તુ ॥ ૨ ॥

ત્રયઃ પોષાઃસ્ત્રિવૃતિં શ્રયન્તામનક્તુ પૂષા પયંસા ધૃતેનં ।  
અન્નસ્ય મૂમા પુરુષસ્ય મૂમા મૂમા પંશૂનાં ત કુહ શ્રયન્તામ્ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( શતશારદાય દીર્ઘાયુસ્વાયં ) સૌ વરસના દીર્ઘજીવન માટે ( નવ પ્રાણાન્ નવમિઃ સં મિમીતે ) નવ પ્રાણોને નવ ઇન્દ્રિયોની સાથે સમાનતાથી મેળવે છે ( હરિતે ત્રિણિ, રજાસિ ત્રિણિ, અયસિ ત્રિણિ ) સેનામાં ત્રણ, ચાંદીમાં ત્રણ અને લોખામાં ત્રણ ( તપસા આવિષ્ટિતાનિ ) ઉષ્ણતાથી વિશેષ પ્રકારે રહેલાં છે. [ ૧ ]

અગ્નિ, સૂર્ય, ચન્દ્રમા, ભૂમિ, જલ, વાયુ, અતરિક્ષ ( પ્રદિશ્ પ્રદિશઃ ) અને ઉપદિશાઓ, દિશા ( ઋતુમિઃ સંવિદાનાઃ આર્ત્તવાઃ ) ઋતુઓ ભેદે મળેલા ઋતુના વિભાગ ( અનેન ત્રિવૃતાં મા પારયન્તુ ) આ ત્રણે વડે મને પાર લખ જાય [ ૨ ]

( ત્રિવૃતિ ત્રયઃ પોષાઃ શ્રયન્તાં ) આ ત્રણ દોરાના યજ્ઞોપવીતમાં ત્રણ પુષ્ટિઓ મળી રહે ( પૂષા પયસા ધૃતેનં અનક્તુ ) પૂષા દૂધ અને ધીધો અમને ભરપૂર કરે ( અન્નસ્ય મૂમા ) અમની વિપુલતા, ( પુરુષસ્ય મૂમા ) પુરુષોની અધિકતા તેમજ ( પશૂનાં મૂમા ) પશુઓની સમૃદ્ધિ ( તે કુહ શ્રયન્તાં ) તારે ત્યાં આ બધું સ્થિર રહે [ ૩ ]

ભાવાર્થ— દીર્ઘાયુષની પ્રાપ્તિ માટે નવ પ્રાણોને નવ ઇન્દ્રિયોમાં સમ પ્રમાણમાં સ્થિર કરીએ છીએ સુવર્ણના ત્રણ, ચાંદીના ત્રણ અને લોખાંડના ત્રણ મળી નવ દોરા ઉષ્ણતાથી ભેગા બેસી દહમે છીએ આ સેનામાં યજ્ઞોપવીત થાય છે ( ૧ )

એના ત્રણે દોરામાં અનુક્રમે ભૂમિ, જલ, અગ્નિ, ચન્દ્ર, અતરિક્ષ, સૂર્ય, ધુન્ધ, દિશા, ઉપદિશાઓ અને ઋતુઓ વગેરે કાલ-વિભાગ આ નવ તત્ત્વો રહે છે, તે ત્રણ દોરામાં યજ્ઞોપવીત મને કુ મેળાથી પાર કરી દીર્ઘજીવન આપે ( ૨ )

આ ત્રણ દોરાના ઉપવીત વડે ત્રણ પુષ્ટિઓ મળે છે પોષણકર્તા પરમેશ્વર અમને દૂધ અને ધી ભરપૂર આપે અમની પુષ્ટિ, મનુષ્યોની સંકાયતા, પશુઓની વિપુલતા આ ત્રણ પુષ્ટિઓ અમને અને પ્રાપ્ત થાય. ( ૩ )

દુમ્માદિત્યા વસુન્ના સમૃદ્ધતેમમગ્ને વર્ધય વાજુધાનઃ ।

દુમ્મિન્દ્ર સં સૃજ વીર્યેણાસિન્નિવૃર્ધ્વપતાં પોપયિષ્ણુ

॥ ૪ ॥

ભૂમિદ્વા પાતુ હરિતેન વિશ્વમૃદુપિઃ પિંપર્વયેષા સજોવાઃ ।

વીરુદ્ધિષ્ટે અર્જુનં સંવિદુાનં દર્શં દધાતુ સુમનસ્યમાનમ્

॥ ૫ ॥

ત્રેષા જાતં જન્મનેદં હિરણ્યમધેરેકં પ્રિયતમં યમ્બ સોમસ્યૈકં હિંસિતસ્ય પરાંપતત્ ।

અપામેકં યેષસાં રેતં આદુસ્તત્તે હિરણ્યં ત્રિવૃદસ્ત્વાપુપિ

॥ ૬ ॥

ત્ર્યાયુષં જમદગ્નેઃ કદમ્બસ્ય ત્ર્યાયુષમ્ । ત્રેષામૃતસ્ય ચક્ષણં ત્રીણ્યાર્યુપિ તેડકરમ્

॥ ૭ ॥

ત્રયઃ સુવર્ણાંસ્ત્રિવૃતાં વદાર્યથેકાધરમ્મિસંમૂયં શ્રક્રાઃ ।

પ્રત્યૌદ્ગમ્ત્યુમમૃતૈન સાકમન્તર્દધાના દુરિતાનિ વિશાં

॥ ૮ ॥

અર્થ— હે ( આદિત્યાઃ ) આદિત્યો ! ( હમં વસુન્ના સં જહત ) આને તમે વસુએ વડે સિ એ હે અને ( વાજુધાન. હમં વર્ધય ) તું પોતે વધતો એને વધાર હે છ. ( હમં વીર્યેણ સં સૃજ ) આને વીર્યથી પુકત કર, ( અસિન્નિવૃર્ધ્વપતાં પોપયિષ્ણુ ) એનામાં પોપણ કરનાર તથા રોશનુ પતોપવીત રિષ્ટ રહે [ ૪ ]

( ભૂમિઃ હરિતેન ત્યા પાતુ ) ભૂમિ સુવર્ણ દારા તારું રક્ષણ કરે. ( વિશ્વમૃદુ સજોવા અપિ અવસા વિવર્ત ) બધાનું પોપણ કરનાર પ્રેમમય અગ્નિ લોખંડારા તને પૂર્ણ કરે ( વિરુદ્ધિઃ સંવિદાનં અર્જુન સુમનસ્યમાનં દર્શ ) ઔપધિએ વડે પ્રાપ્ત થનાર કલંકરહિત શુભસ્ય કદમ્બનું બળ ( તે દધાતુ ) તારા માટે ધારણ કરે [ ૫ ]

( રતં હિરણ્યં જન્મના ત્રેષા જાતં ) આ સોનું જન્મથી જ તથા પ્રકારે ઉત્પન્ન થયું. તેમાંથી ( એકં અગ્ને પ્રિયતમં યમ્બ ) એક અગ્નિને પાણી વહાડું થયું ( એકં હિંસિતસ્ય સોમસ્ય પરાંપતત્ ) બીજી નીચેવેલા સોમમાંથી બહાર નીકળે છે ( એક યેષસાં સર્પાં રેતઃ આદુઃ ) ત્રીજી સારથી બળનું વીર્ય છે એમ કહે છે. ( તત્ ત્રિવૃદ્ હિરણ્ય ) તે તથા પ્રકારનું સોનું ( તે ત્ર્યાયુષે વસ્તુ ) તારા શ્વન માટે થાય. [ ૬ ]

( જમદગ્નેઃ ત્ર્યાયુષં ) જમદગ્નિનું તથા પ્રકારનું શ્વન, ( કદમ્બસ્ય ત્ર્યાયુષં ) કદમ્બનું તથા પ્રકારનું શ્વન આ ( અમૃતસ્ય યેષાં વક્ષણં ) અમૃતનું તથા પ્રકારનું દર્શન છે. તેથી ( તે જિણિ આયુષિ યકરં ) તારા માટે તથા આયુ કરે છ. [ ૭ ]

( વદાર્યથા ત્રયઃ સુવર્ણાઃ ) જ્યારે શકિતશાળી તથા સુવર્ણ ( ત્રિવૃતા એકાધર અગ્નિ સમૂય આયત્ ) તથા પ્રકારના યદ્ એક અક્ષરમાં બધી પ્રકારે ભળી રહ્યા છે, તે ( અમૃતેન સાકં વિશ્વા દુરિતાનિ અન્તર્દધાનાઃ ) અમૃતની સાથે બધા અનિષ્ટાને મટાડી ( મૃત્યુ પ્રતિ બીદ્ય ) મોતને દૂર કરે છે [ ૮ ]

આશ્વાર્થ— આદિત્ય અને બધા વસુએની રાક્ષિ આપે અગ્નિ હમણી વહિ કરે છદ વીર્ય વધારે આ પ્રકારે આ તથા રોશનું પતોપવીત બધા દુ ખોને પાર કરનાર અમારા ઉપર રિષ્ટ રહે [ ૪ ]

સુવર્ણના રોશથી ભૂમિ રક્ષણ કરે લોખંડના રોશથી બધાનો પોપક અગ્નિ અમારી પૂર્ણતા કરે, તેમજ ચાલીના રોશથી ઔપધિએની રાક્ષિની સાથે અમને ઉત્તમ મનપુકા બળ પ્રાપ્ત થાય [ ૫ ]

રવનાવથી જ સોનું તથા પ્રકારનું છે એક અગ્નિ માટે પ્રિય છે, બીજી સોમરસના રૂપે પ્રાપ્ત થાય છે અને ત્રીજી સાર- જૂત, જલ ને વીર્યરૂપે રાક્ષિમાં રહે છે આ તથા પ્રકારનું સુવર્ણ છે તે માટે શ્વન વધારનાર થાય [ ૬ ]

જમદગ્નિ અને કદમ્બની બાસ, વૈભવ અને કદમ્બ આ તથા અવસ્થા બાધાવારી તથા પ્રકારની આયુ, માને, અમૃતનો સાક્ષાત્કાર કરનારી છે એવી તથા પ્રકારની આયુ અમને પ્રાપ્ત થાય [ ૭ ]

તથા મોટી રાક્ષિએ છે ને એક અક્ષરમાં રહે છે, તે અમૃત વડે બધા અનિષ્ટો દૂર થાય છે અને તે વડે મૃત્યુને દૂર કરી રાક્ષય છે [ ૮ ]

દિવસ્ત્વાં પાતુ હરિતં મધ્વાંચ્ચા પાત્વર્જુનમ્ । મૃમ્યાં અયસ્મયં પાતુ પ્રાગાદિવપુરા અયમ્ ॥ ૯ ॥  
 દ્વિમાસ્તિસો દેવપુરાસ્તાસ્ત્વાં રક્ષન્તુ સર્વતઃ । તાસ્ત્વં વિગ્રંદર્ચસ્વ્યુચ્ચરો દ્વિપુતાં મય ॥ ૧૦ ॥  
 પુરં દેવાનામમૃતં દિરેણ્યં ય અગ્રેષે પ્રથમો દેવો અગ્રે ।  
 તસ્મૈ નમો દશ પ્રાચીઃ કુળોમ્યનુ મન્યતાં ત્રિવૃદાવર્ષે મે ॥ ૧૧ ॥  
 આ ત્વાં તૃતત્વર્યમા પૂષા મૃદસ્પતિઃ । અર્હર્જાતસ્ય યદ્રામ તેન ત્વાતિં તૃતામસિ ॥ ૧૨ ॥  
 ઋતુભિદ્વાર્તવેરાયુષે વર્ષસે ત્વા । સંવત્સરસ્ય તેજસા તેન સંદનુ કૃષ્મસિ ॥ ૧૨ ॥  
 ઘૃતાદુલ્લુપ્તં મધુના સમંકં મૃમિદંદમચ્યુતં પારયિણુ ।  
 મિન્દત્સપન્નાનધરાંથ કૃષ્વદા મા રોહ મહતે સૌમગાય ॥ ૧૪ ॥

અર્થ— ( હરિતં રવા દિવઃ પાતુ ) સેનું તારું ઘુસોડથી રક્ષણ કરે, ( અર્જુનં રવા મધ્વાપ્ પાતુ ) સ્વેત તારું અંતરિક્ષથી રક્ષણ કરે, ( અયસ્મયં મૃમ્યાઃ પાતુ ) લોહમય બૃમિરયાનથી તારું રક્ષણ કરે. ( અયં દેવ-પુરાઃ પ્રાગાત્ ) આ દેવાની પુરીઓમાં પ્રાપ્ત થયું છે. [ ૯ ]

( દ્વિમાઃ તિન્નઃ દેવ-પુરાઃ ) આ ત્રણ દેવ નમરીઓ છે, ( તાઃ સર્વેભઃ રવા રક્ષન્તુ ) તે બધા પ્રકારે તારું રક્ષણ કરે. ( ત્વં તાઃ વિગ્રહ્ વર્ષસ્વી ) તું તેમને પારણ કરી તેજસ્વી થઈ ( દ્વિપુતાં હચ્ચર મય ) વેરીઓ કરતાં શ્રેષ્ઠ બન. [ ૧૦ ]

( દેવાનાં દિરેણ્યયં પુરં અમૃતં ) દેવાની સુવર્ણમય નમરી અમૃતરૂપ છે. ( યા પ્રથમઃ દેવઃ અગ્રે આયેષે ) જે પહેલા દેવે બધાની પહેલા એમને બાંધ્યા હતા, ( તસ્મે દશ પ્રાચીઃ નમઃ કુળોમિ ) તેને મારી દસ આગળીઓ ભેટી નમસ્કાર કરું છું. ( ત્રિવૃત્ મે આયેષે, અનુમન્યતાં ) આ ત્રણ દેવાનું યજ્ઞોપવીત મારા શરીર ઉપર બાંધું છું, તે માટે અનુમતિ આપો. [ ૧૧ ]

અર્થમા, પૂષા, બૃહસ્પતિ ( રવા આ ઘૃતતુ ) તને બાંધે. ( અહઃ જાતસ્ય યત્તમામ ) કરેજી નિર્માણ થનારાનું જે નામ છે, ( તેન રવા અતિ તૃતામસિ ) તેનાથી તને અત્યંત સુદૃઢ બાંધીએ છીએ. [ ૧૨ ]

( આયુષે વર્ષસે ) આયુ અને તેજના માટે ( ઋતુમિઃ વાર્તાવે ) ઋતુઓ અને ઋતુ વિભાગોથી અને ( સંવત્સરસ્ય તેન તેજસા ) સંવત્સરના તે તેજથી ( સં-દનુ કૃષ્મસિ ) સંપુજન કરું છું. [ ૧૩ ]

( ઘૃતાત્ હલ્લુપ્તં ) ધી થી બરેલો, ( મધુના સમંકં ) મધથી સિંચેલા ( મૃમિદંદં અચ્યુતં પારયિણુ ) બૃમિની સમાન રિયર અને પાર લઈ જનારો ( સપન્નાન્ મિન્દત્ ) દુસ્મનેને ઢિલસિત કરનારો અને તેમને ( અચરાન્ કૃષ્વત્ ચ ) નીચે કરનારો તું ( મહતે સૌમગાય મા આરોહ ) મોટા સૌભાગ્ય માટે મારા ઉપર આરોહણ કર. [ ૧૪ ]

કાવાર્થ— સેનું ઘુસોડમાંથી, આંદી અતરિક્ષમાંથી અને સોખંડ બૃમિમાંથી તારું રક્ષણ કરે. આ દેવાની નમરીઓ જ પ્રાપ્ત થઈ છે. ( ૬ )

આ ત્રણ દેવનમરીઓ છે. તે ત્રણે બધાનું રક્ષણ કરે તેમને પારણ કરનારો તેજસ્વી બની રાત્રીએને નીચે કરી નાંખે છે. ( ૧૦ )

દેવાની સુવર્ણમય નમરી અમૃતથી પરિપૂર્ણ છે. જે પહેલા દેવ એને બધાથી પહેલા રિયર કરે છે, તેને હાય ભેટી નમસ્કાર કરીએ છીએ આ ત્રણ દેવાઓનું યજ્ઞોપવીત હું પોતાના શરીર ઉપર બાંધું છું, અને અનુમતિ આપો. ( ૧૧ )

અર્થમા, પૂષા, બૃહસ્પતિ અને દિવસમાં પ્રકાશનારો સૂર્ય આ બધા દેવો યજ્ઞોપવીત પારણ કરવા માટે તને અનુમતિ આપે. ( ૧૨ )

સંવત્સર, ઋતુ અને બીજા કાલવિભાગોના તેજથી તને સંપુજન કરી તને દીર્ઘ આયુ અને લગત તેજ આપે છે. ( ૧૩ ) આ ઘૃતાદિ રૌષ્ટિક પદાર્થોથી યુક્ત, મધ વગેરે મધુર પદાર્થોથી પરિપૂર્ણ, બૃમિ સમાન સુદૃઢ, ન પડવા દેનારો અને બધા દુઃખોને પાર કરનારો છે. આ રાત્રીએને ઢિલસિત કરી નીચે પાડી નાંખે છે. આ ઉપરીન મહાન્ સૌભાગ્ય અને આપી મારા ઉપર રહે. ( ૧૪ )



## દીર્ઘશ્વન અને તેજસ્વિતા

યજ્ઞોપવીતનું ધારણ

આ સૂક્તમાં યજ્ઞોપવીતનું મહત્ત્વ વર્ણન કર્યું છે. યજ્ઞોપવીતના વસ્ત્રને વિશે વધુ જાણ મનુષ્યને મેળવી શકાય છે. વસ્ત્ર આ પ્રકારે સૂક્ત દીર્ઘશ્વન અને તેજસ્વિતાને ઉપદેશ આપે છે. સાથે યજ્ઞોપવીતના મહત્ત્વ વર્ણન કરી રહ્યું છે, તેથી આ સૂક્તનું મહત્ત્વ વિશેષ છે. આ સૂક્તનું પાઠ્ય કરી વાચકે યજ્ઞોપવીતનું મહત્ત્વ જાણે અને યજ્ઞોપવીત ધારણ કરતી વેળા મનમાં સમજે કે હું એટલા મહત્ત્વનું આ યજ્ઞોપવીત ધારણ કરી રહ્યો છું.

પ્રાણુ દોરા

જ્યાં જાણે છે કે યજ્ઞોપવીતમાં ત્રણ દોરા હોય છે અને પ્રત્યેક દોરામાં પાંચ ત્રણ ત્રણ દોરા હોય છે એટલે જ્યાં જ્યાં નવ દોરા થયાં આ ત્રણ દોરા આ પ્રકારે બન્યા છે—

હરિતે ગ્રીણિ, રજતે ગ્રીણિ, અયસિ ગ્રીણિ। (મ ૧)

‘સોનાના ત્રણ ચાંદીના ત્રણ અને લોખંડના ત્રણ’ એટલે પ્રત્યેક દોરાની અંદર સોનું, ચાંદી અને લોખંડની તાર હોય. આ પ્રકારે ત્રણ ધાતુઓથી બનેલું આ યજ્ઞોપવીત હોય છે. ‘અયસ’ શબ્દનો પ્રસિદ્ધ અર્થ ‘લોખંડ’ એમ છે. ‘પશુ તેનો બીજો અર્થ’ ‘શક્તિ ધાતુ’ એવો પણ અર્થ છે એટલે તેનો અર્થ ‘તાણુ’ પણ થઈ શકે છે.

સોનાનું યજ્ઞોપવીત

આ યજ્ઞોપવીત સોનું, ચાંદી અને તાંબાનું અને અથવા સોનું, ચાંદી અને લોખંડનું બને તે વિશે વધારે જાણવાથી જાણી શકાય છે. આ ત્રણ ધાતુઓ આ પ્રકારે સરિર ઉપર ધારણ કરવાથી સરિરમાં ઝીણે ઝીણે વિજ્ઞાનીપ્રવાહ થઈ શકે છે. તેથી સરિરની જીવંતતા બધી અને દીર્ઘાયુ આપે શકે તે જાણીય છે. આ ત્રણ ધાતુઓના તાર (સવસ્થા આગ્નિષ્ઠિતાનિ) ઉપજાવી પરસ્પર જોડાયા હોય અને એક બીજા જોડે જોડાયેલી સ્થિતિમાં જ રહે, તો જ તે તાર કાર્ય કરે. આ જ પ્રકારે—

હન્દ્રિય અને પ્રાણ

શતશરદાય દીર્ઘાયુવાય જવ પ્રાણાન્ નવામિ સમિમીતે। (મ ૧)

‘સો વરસના દીર્ઘશ્વન માટે જેમ નવ પ્રાણોને નવ ઉદ્વિગ્ધો મેળવના એમ છે’ એટલે દીર્ઘશ્વન માટે મેળવવું હોય તો પ્રાણ સરિરથી, ઉદ્વિગ્ધોથી, જવવૃક્ષોથી જીવંત રાખવા પડે એવી વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. એટલે પ્રાણને સરિરના જ્યાં અવરોધો કાર્ય કરે તે જગ્યા બતાવવા જોઈએ. આ વાત પ્રાણાધારથી ઉત્પન્ન થવાના અગ્નિ થઈ જાય છે. જે પ્રાણાધારથી પોતાની શક્તિ વધારતા નથી, તેમના કાંઈ પણ અવરોધો પ્રાણશક્તિ કાર્ય કરી શકતી નથી એમ ધારણી તે અવરોધો પોતાનું કાર્ય કરવામાં અસમર્થ બને છે કેટલાક પ્રાણસેના કેટલાક અવરોધો નબળા હોય છે, તેનું આજ કારણ છે. આજ કમજોરી શ્વનને પણ ક્ષીણ બતાવે છે.

આ પ્રકારે ત્રણ ધાતુના નવ દોરાઓ ઉપજાવવા કારણે જેમાં ત્રણ સરિરનું આરોગ્ય જળા અને શ્વન વધારે છે અને સરિરમાં ઉત્સાહ કાર્ય થાય છે. આ યજ્ઞોપવીતના નવ દોરામાં નીચે નામો આપેલી નવ દેવતાઓ રહે છે—

અગ્નિઃ સૂર્યઃશ્વરુદ્રાઃ મૃગિરાપો યોરુત્તરિક્ષં પ્રદિશો વિશશ્ચ। જાતૈર્વા ઋતુમિ સવિદાન્તા બનેત મા મિવૃતા વારયન્તુ વ। (મ ૨)

‘અગ્નિ-સૂર્ય-શ્વરુદ્રા-મૃગિરાપો-યોરુત્તરિક્ષ-વિશ્વો અને વૈ, સૂર્ય અને ઋતુઓ આ નવ દેવતાઓ આ ત્રણ દોરાના યજ્ઞોપવીતમાં રહી અને હું જોઈતી વસ્તુ કરે.’

પૃથ્વી સ્થાનના ત્રણ દેવો, અતરિક્ષના ત્રણ દેવો અને વૃષોક્ષના ત્રણ દેવો, આ જ્યાં નવ દેવ યજ્ઞોપવીતના નવ દોરામાં રહી અને હાથેથી પાર કરે એવી હસ્થા આ મનમાં પ્રગટ થઈ છે. યજ્ઞોપવીત ધારણ કરવાનો અર્થ એટલા દેવતાઓનું તેજ અને વીર્ય પોતાની અંદર ધારણ કરે તેમજ તેમના વિશે પોતાનું કર્તવ્ય કરે. યજ્ઞોપવીત ધારણ બુદ્ધિ તરીકે પહેતાનું નથી. આ તે મોટી જ્ઞાનદારીનું કાર્ય છે. ત્રણેક અને તેમાં રહેતી જ્યાં દેવી શક્તિઓ જોડે પોતાનો સંબંધ બાંધી શકે તે માટે આ નિરૂપ સૂત્ર ધારણ કરાય છે. આ સંબંધના કારણે આપણું તેમના પ્રત્યેક કર્તવ્ય જાણીએ અને તેમની પાસેથી દિવ્ય તેજ પ્રાપ્ત કરે. જે તેમ કરે તે નહિ, તેના માટે યજ્ઞોપવીત યજ્ઞોપવીત રહેઈ નથી. યજ્ઞોપવીત ધારણ કરનારાઓએ આ મનમાં ઉપર

અવરણ ધારણ કરવા જેવો છે. આ યજ્ઞોપવીતમાં ત્રણ પ્રકારની પોષણ શક્તિઓ છે, તે વિષે નીચેનો મંત્ર જુઓ—

ત્રયઃ પોવાઃ ત્રિવૃત્તિઃ અચન્તામ્ ।

અસ્ય મૂમા । પુરુષસ્ય મૂમા । પશૂનાં મૂમા ।

( મં. ૩ )

“ ત્રણ પુષ્ટિઓ આ ત્રણ દેરાની યજ્ઞોપવીતના આસરે રહે. અનની વિપુલતા, અનુપમો માણસોની વિપુલતા અને પશુઓની વિપુલતા. ” આ ત્રણે વિપુલતાઓ આ યજ્ઞોપવીતના આસરે રહે.

યજ્ઞોપવીત ધારણ કરનારા યજ્ઞ કરે છે, તે યજ્ઞમાં ધણા માણસો સંમિલિત થાય છે અને સંમંદના યજ્ઞ મનુષ્યોની સંપ્રસન્નિત વધે છે. યજ્ઞના કારણે પશુઓ વગેરે સારી રીતે થાય છે, તેથી પુષ્કળ અન્ન પ્રાપ્ત થાય છે. યજ્ઞમાં દૂધ, ઘી દહન માટે જોઈએ તેથી માથ વગેરે ધણું પશુઓ ભાવવામાં આવે છે, પશુઓની શક્તિ વધારવામાં આવે છે તે કારણે પશુઓની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ ત્રણ લાભ યજ્ઞથી થાય છે અને યજ્ઞનો અધિકાર આ યજ્ઞોપવીતથી પ્રાપ્ત થાય છે, તેથી યજ્ઞોપવીતથી ઉપરના લાભો થાય છે એમ આ મંત્રમાં કહ્યું છે.

ચોથા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ આદિત્યથી શક્તિ, અમિતી શક્તિ અને ઇન્દ્રથી વીર્ય’ પ્રાપ્ત થાય ‘ અને આ ત્રણ દેરાના યજ્ઞોપવીત વડે અમારું સારી રીતે પોષણ થાય આ યજ્ઞોપવીતના એક એક દેરામાં એક એક દેવતાની શક્તિ છે, માટે જે મનુષ્ય આ ભાવનાથી યજ્ઞોપવીત ધારણ કરે છે તેને ધણે લાભ થાય છે. તે વિષે નીચેનો મંત્ર જુઓ—

મૂમિઃ હરિતેન પાતુ ।

અસિઃ અયસર પિતૃર્તુ ।

અર્જુનં ઘીઘઙ્ગિઃ વર્ષં દધાતુ ।

( મં. ૫ )

‘ જૂમિ સોનાના દેરાથી રક્ષણ કરે, લોખંડ અથવા તાંબાના દેરાથી અગ્નિ પૂર્ણતા કરે, તેજસ્ ચાંદીના દેરાથી ઔષધિઓની મદદથી બળ ધારણ થાય. ” આ પ્રકારે આ ત્રણ દેવો યજ્ઞોપવીતના ત્રણ દેરામાં રહી મનુષ્યની ઉત્પત્તિ કરે છે. એટલે યજ્ઞોપવીત ફક્ત દેરાઓ વડે બનેલું નથી પણ આ દેવતાઓની શક્તિથી બન્યું છે, આ લાભ અહીં જોવા જેવો છે. જે યજ્ઞોપવીતને ફક્ત દેરાઓ સમજે છે તેઓ તેનું મહત્ત્વ જાણતા નથી. જે સોનું, ચાંદી, તાંબુ અથવા

લોખંડથી બનેલા યજ્ઞોપવીતને કેવળ ભૂપણરૂપે ધારણ કરશે તેમને કારીરમાં વિઘ્નસંચાર થવાના કારણે નિઃસંશય લાભ તો યશે. પણ જે સોનાનું યજ્ઞોપવીત ધારણ કરવા સમર્થ નથી, તેઓએ દેરાનું યજ્ઞોપવીત ધારણ કરવું, પણ તે ધારણ કરતી વેળા એવી ભાવનાથી ધારણ કરવું કે જેથી તેમના મનોગુણથી આકર્ષિત થયેલી ઉપર કહેલ દેવતાઓ તેને અવરણ સદાવતા આપશે.

છઠા મંત્રમાં સોનાના ત્રણ ભેદ કલા છે, પહેલો સુવણ્ઁ એટલે સોનું, બીજો સોમાદિ ઔષધિઓનો રસ અને ત્રીજો કારીરમાં જે વીર્ય હોય તે. યજ્ઞોપવીત ધારણ કરનારાઓએ આ ત્રણે પ્રકારનું સોનું મેળવવું, તેમના માટે યોગ્ય છે. ‘ અઘરયર્ષ’ વડે વીર્ય રિચર કરવું, કારીરમાં વીર્ય વધારવું અને ઉષ્નરૈતા બનવું. કારીરના પોષણ માટે સોમાદિ ઔષધિઓના રસ, કંદ-મૂળ, ફલ વગેરેનું જ સેવન કરવું અને તેની સાથે દૂધ, ઘી, વગેરે દુધિય પદાર્થો સેવન કરવા, એટલે મધમાંસનું સેવન ન કરવું. અને ત્રીજું સોનું એટલે ધન વગેરે પ્રાપ્ત કરવું. આ ત્રણ પદાર્થો આ મંત્રમાં ઉપસક્ષણ રૂપ છે અને તેથી ‘ વીર્ય’, અન્ન અને ધન ’ નો ભોધ થાય છે. યજ્ઞોપવીત ધારણ કરનારાઓએ આ ત્રણે ઉચિત પ્રમાણમાં મેળવવા. યજ્ઞોપવીત ધારણ કરનારાઓ ઉપર આ જવાબદારી હોય છે.

મનુષ્યની બાળ, જુવાન અને વૃદ્ધાવસ્થા એવી ત્રણ સ્થિતિઓ હોય છે, યજ્ઞોપવીતના ત્રણ દેરાથી આ ત્રણ સ્થિતિનો ભોધ થાય છે. આ ત્રણ અવસ્થાઓમાં ‘ અઘરયર્ષ’ પાલન પૂર્વક ધર્માનુષ્ઠાન કરવાથી યજ્ઞોપવીત ધારણ કરવાનું સાધ્યું થાય છે. આ વાત સાતમા મંત્રમાં ‘ ઇવાયુર્વ ’ ‘ જીળિ આયુર્વિ તે અકરમ્ । ’ ( મં. ૭ ) આ શબ્દોથી વ્યક્ત થાય છે. બાલ્ય, તારૂણ્ય અને વાંધકય આ જીવનની ત્રણે અવસ્થાઓ ત્રણ આયુના નામથી આ મંત્રમાં કહી છે. જે પ્રકારે આખા યજ્ઞોપવીતમાં એકજ દેરો ત્રણ દેરામાં પરિચુત થયો છે, તેજ પ્રકારે મનુષ્યના ધર્માચરણનું એકજ મૂલ પ્રથમ કહેલા ત્રણે આયુમાં જીવનરૂપ યજ્ઞ જવું જોઈએ.

ઠકારની ત્રણ શક્તિઓ

એકજ ‘ ઠકાર ’ રૂપી અક્ષરમાં ‘ ઝ-ડ-મ્ ’ આ ત્રણ મહાવ શક્તિ રહે છે. ‘ ત્રયઃ...પ્રકક્ષર...આયન્ ’

( મં. ૮ ) ત્રણ સંક્રિતઓ એકજ અક્ષરમાં વસેલી છે. આ ત્રણ સંક્રિત મૂલ્યોને દર કરે છે અને અનિષ્ટ-દુઃખો વગેરેને દટાવે છે. હેં કાર નામના એકજ અક્ષરમાં અકાર-ઉકાર-મકાર નામની ત્રણ સંક્રિતઓ છે. આ ત્રણ અક્ષરો યજોપવીના ત્રણ દોરા સમજવા. ને પ્રકારે આ ત્રણ અક્ષરોમાં એકરૂપ સંયોગથી હેંકારરૂપ મહાનાદ ઉત્પન્ન થાય છે, તે પ્રકારે આ ત્રણ દોરાઓ મળી એક યજોપવીન થાય છે, તેથી આ યજોપવીત ઉપર કહેલી ત્રણ સંક્રિતઓનો બોધ આપે છે. ' જ-ઝ-મૂ ' આ ત્રણ અક્ષરોથી કમે ' જાનુત્-સ્વપ્ન-સુપુતિ ' આ ત્રણ અવસ્થાઓના બોધ થાય છે. મનુષ્યનું સંપૂર્ણ જીવન આ ત્રણ અવસ્થાઓમાં વ્યાપ્ત છે, માનો કે મનુષ્યનું જીવનરૂપ ને એક મોટું યજોપવીત છે તેના ત્રણ દોરા ' જાનુત્-સ્વપ્ન-સુપુતિ ' આ ત્રણ અવસ્થાઓ છે. તેમને યજ્ઞપજનાવવાનું કાર્ય યજોપવીન ધારણ કરનારાઓએ અવશ્ય કરવું એવું છે. જ-ઝ-મૂ ના અનેક અર્થ છે, તેમનો વિચાર અહીં વાચકો કરશે તો તેમને સમજશે કે યજોપવીત વડે તે ધારણ કરનારાઓ ઉપર કેટલા દુઃખ કષ્ટો કરવાને બાર સુકાયે છે. ત્રિસારની બાંધિથી જ્યારે આ ત્રણ અક્ષરોના તરંગતાનો વિચાર અહીં કરી લેખ લખાવતા નથી. હેં કાર વિષે ધણા મંત્રો લખાયા છે, વાચકો જે તેમના આશ્રયને અહીં વિચાર માટે આનામાં લેશે તો આ મંત્રમાં કહેલો મહત્વપૂર્ણ ઉપદેશ અપાયો છે તેના તેમને ખ્યાલ આવશે.

હેવાનું નગર

હરિતં વિદ્યા પાતુ । અર્જુનં મમ્યાત પાતુ ।

જયસ્મય મૂમ્યાઃ પાતુ ॥ ( મં. ૯ )

સેતું સુલોકમાંથી, ચાંદી મધ્યભાગથી અને લોખંડ ભૂમિ સ્થાનથી રક્ષણ કરે. ' આ મંત્રમાં ચરીરના ત્રણ ભાગોનું રક્ષણ કરવાનું કાર્ય ત્રણ ધાતુના વજોલા ત્રણ દોરાઓ વડે થાય છે એમ કહ્યું છે. ચરીરમાં સુલોક મરતકર્તા, મધ્યભાગ અથવા અનતરિક્ષલોક નાશીમાં અને ભૂલોક પગમાં છે. માટે માયા ઉપર સેતું મધ્યભાગમાં ચાંદી અને પગમાં લોખંડ રાખવા સમાન આ એક જ ( ત્રિવૃત્ ) ત્રણ દોરાનું યજોપવીત ધારણ કરનારાઓનું રક્ષણ કરે. ' જયસ્ ' શબ્દનો અર્થ ' જીવે ' અને અહીં લોખંડ એમ કહેવું છે પરંતુ સેતના, ચાંદી સિવાય બીજા કાંઈ જુદી ધાતુ એવા લેવાથી બીજા ધાતુનો બોધક તે શબ્દ યજ્ઞ શબ્દ છે. આ કંઈ ધાતુ છે તે વિશે

શેષ થવી અત્યંત છે. લોખંડ, તાંબુ અથવા કાંઈ બીજા ધાતુ અહીં સમજાવી કે જેના ધરણા બનાવવામાં આવે છે.

ત્રિસાર દેવપુરાઃ સ્વા સર્વતાઃ રક્ષતુ ।

ત્વં તાઃ વિદ્યત્ સર્વસ્વી દિપતાં ઉત્તરાઃ મય ।

( મં. ૧૦ )

' યજોપવીતના આ ત્રણ દોરા ( દેવ-પુરાઃ ) રેવાના, જામના, નગરો છે, તેમાં દેવીશક્તિ બસેલી છે, જેથી તે સર્વ પ્રકારે તાંડી રક્ષણ કરે. તું એ ત્રણેને ધારણ કરી ( સર્વસ્વી ) તેજસ્વી બન અને સુખોદ્ય કરતાં વધારે ઉંચા સ્થાને ગિરાજ. '

યજોપવીતના ત્રણ દોરા આ રેવણ દોરા નથી; આ રેવાના નગરો છે એટલે તેમાં અનંત દેવીશક્તિ છે, ને એવી શ્રદ્ધાથી આ ત્રણ દોરાવાળા યજોપવીતને ધારણ કરશે તે તેજસ્વી થશે અને તેના તેજના પ્રભાવના કારણે તેના અધા સુખો નીચે પડી જશે.

આ રેવાની શક્તિઓથી પરિપૂર્ણ ત્રણ દોરાનું યજોપવીત ને માણસ પોતાના શરીર ઉપર ધારણ કરે છે, ( યઃ દેવાનો અમૃતં આયેષે ) ને આ રેવાના અપૂતને પોતાના શરીરમાં ધારણ કરે છે, તેને ( તસ્મૈ નમઃ કૃણોમિ । ( મં. ૧૧ ) તેને નમસ્કાર કરે ' છું. એટલે જે યજોપવીત ધારણ કરે છે તે નમસ્કાર કરવા લાયક છે. આ સૂત્ર ધારણ કરવાથી રેવલ પ્રાપ્ત થાય છે. એટલું મહત્ત્વ આ યજોપવીતનું. દોરાના કારણે, જ્યારે શ્રેષ્ઠ લોક અનુમતિ આપે ત્યારે જ તે ધારણ કરવાનો અધિકાર પ્રાપ્ત થાય છે—

ત્રિવૃત્ત મે અયેવે । જનુમયસામ્ ॥ ( મં. ૧૨ )

' આ ( ત્રિવૃત્ ) ત્રણ દોરાવાળું યજોપવીત હું, પોતાના શરીર ઉપર બાંધું છું. અથવા ધારણ કરું છું. તે માટે મને આઠા આપો, ' આપણા જેવા શ્રેષ્ઠ લોકોની અનુમતિ હોય તો હું તે ધારણ કરી શકું છું. માટે આઠા આપી અને કૃતાર્થ કરો. આ પ્રકારે પહેલાં પ્રાર્થના કરાય અને ત્યાર પછી શ્રેષ્ઠ પુરોહીની આઠા મળ્યા પછી તે માણસ યજોપવીત પોતાના શરીર ઉપર ધારણ કરી શકે. જેના મનમાં આવે તે માણસ એકદમ આ યજોપવીત ધારણ કરી શકતો નથી. મહાજન, જેષ્ઠો, વસિષ્ઠો જેને આઠા આપે એટલે પ્રથમ કહેલા મંત્ર દ્વારા સુવેશા કરતો કરવામાં જે પુરુષ સમર્થ હશે તેને જ તેઓ આઠા આપે છે અને તેજ યજોપવીત ધારણ કરી શકે છે. તેમ કરવાથી ' યજોપવીતનું ' મહત્ત્વ

સ્થિર થાય છે. યોગ્યતા વગર જો માણસ તે ધારણ કરશે તો તે ફક્ત દોરો દશે, પરંતુ પ્રથમ કલા યુગ્મજ જેણે પોતાનું જીવન યત્નમ્ બનાવ્યું છે, તેણે સરીર ઉપર ધારણ કરેલું યશોપવીત દેવોના નગરો સમાન અને ત દિવ્યશક્તિથી યુક્ત થઈ જાય છે. યશોપવીતને કેવળ સ્તરનો દોરો બનાવવો અથવા તેને દિવ્યશક્તિનું કેન્દ્ર બનાવવું આ પ્રકાર મનુષ્ય સમાજની આધીન છે.

ન્યાય, પુષ્ટિ અને જ્ઞાન ।

આ ત્રિશત યશોપવીતના ત્રણે દોરા ' સર્વમા, વૃષા અને વૃહસ્પતિ ' ( મ ૧૨ ) આ ત્રણ દેવતાઓ જોડે સ પંચ રામે છે ' સર્વમા ' = ( સર્વ મિત્રીતે ) શ્રેષ્ઠ કાણ છે અને હીન કાણ છે તેનો જે નિર્ણય કરે છે, તેને અપંચ કહે છે પુષ્ટિ કરનારનું નામ ' વૃષા ' હોય છે અને યોગીનું નામ ' વૃહસ્પતિ ' છે. એટલે આ ત્રણ દોરાઓથી યોગ, પોષણ અને ન્યાયશક્તિ આ ત્રણ યજ્ઞોની સૂચના મળે છે જેઓ આ યજ્ઞોપવીત ધારણ કરવા હચે છે, તેઓ માનો, આ ત્રણ યજ્ઞો પોતાના જીવનમાં ઢાળવા જવાબદાર છે. જુઓ યશોપવીતે કેટલી મોટી કર્તવ્યદક્ષતા મનુષ્યો ઉપર રાખી છે. જેઓ આ કર્તવ્ય પાલન કરે છે, તેઓ જ યશોપવીત ધારણ કરવાના અધિકારી થાય છે.

જેમ એક વૃંદામાં જ ઋતુઓ હોય છે, તે પ્રમાણે મનુષ્યના સ પૃથ્વી જીવનમાં જ ઋતુઓ હોય છે. મનુષ્યનું જીવન ૧૨૦ વરસનું માનવામાં આવ્યું છે તેમાં દરેક ૨૦ વરસની એક એમ છે ઋતુઓ હોય ૥ જીવન તે કરતાં ઓછું માનવાથી હમી વધેલી પથ્થુ ઋતુ થઈ શકે છે. આ ઋતુઓ વડે આયુ, બળ, અને તેજની પ્રાપ્તિ કરવાના કર્તવ્યોની સૂચના વરો પવીત દ્વારા મળે છે આ કથન તેરમા મંત્રમાં ૥

મનુષ્યના જીવનમાં, જે, જ ઋતુઓ છે, તે બધી ઋતુઓમાં એટલે માણસે પોતાના સ પૃથ્વી જીવનભરમાં એવો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ કે જેથી તેને તેજ અને બળ પ્રાપ્ત થાય અને તેનું જીવન દીર્ઘ અને પ્રહાર્યાદિ સારા નિયમોનું પાલન કરવા થી આ બધું થઈ શકે છે તેથી આ મંત્ર દ્વારા આ ત્રણ યજ્ઞ

પોતાનામાં વધારવાની સૂચના મળી છે. યશોપવીતના ત્રણ દોરા તેજ, બળ અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાની સૂચના આપે છે. આ વાત તેરમા મંત્રમાં કહી છે વાયક આ ઉપદેશ સારી રીતે ખ્યાનમાં રાખે અને યોગ્ય અનુક્રાન કરી લાભ લે.

છેલ્લા ચોદમા મંત્રમાં આ ત્રિશત યશોપવીતના કયા યજ્ઞો છે, તે ધારણ કરવાથી કયા લાભ થાય છે, તેનું વર્ણન કર્યું છે તે યજ્ઞમેધક શબ્દો વિશેષ મનન કરવા લાયક છે—

યશોપવીતથી લાભ

૧ ધારયિષ્ણુ = દુષ્ટોમાંથી પાર કરનારો, કષ્ટોથી બચાવનારો.

૨ મ-ઋતુતં = ન પડનારો અથવા ન પાડનારો એને યોગબળથી માણસ પતનથી બચે છે.

૩ મૂર્મિ-દર્હં = માતૃભૂમિને બળવાન કરનારો.

૪ સવસ્તાન્ મિદત્ = યતુઓનો નાશ કરનારો.

૫ મધરાન્ કૃણ્વત્ = વેરીઓને નીચે દબાવનારો, દુષ્ટોને બળહીન કરનારો.

૬ મધુના સમંકં = બધી મધુરતાઓથી યુક્ત, મધુરતા આપનારો.

૭ વૃતાત્ વલ્લુત્ = ધી વગેરે પુષ્ટિકારક પદાર્થો આપનારો, અને પોષણ કરનારો, આ પ્રકારનું સામર્થ્ય સ પત્ન આ યશોપવીત છે ખરે, હે યશોપવીત! તું—

૮ મદ્ધતે સૌમગાય મા આરોહ = મોગા સૌભાગ્ય ખરે આરા સરીર ઉપર આરોહણ કર, એટલે મારા સરીર ઉપર વિરાજમાન થા.

આ પ્રકારની ભાવનાથી અને પૂજ્યભાવથી યશોપવીત પહેરવું અને પોતાનું કર્તવ્યકર્મ કરી પોતાની ઉન્નતિનું સાધન કરવું એ દરેક શ્રેષ્ઠ પુરુષ ખરે યોગ્ય છે.

યશોપવીતનો આ મહિમા છે વાયકા તેનો વિચાર કરે અને આ યશોપવીત ધારણ કરી પોતાનું ભાગ્ય વધારે યશો પવીતનો મહિમા વધે અને યશોપવીત ધારણ કરનારાઓના બધા જન્મનું કલ્યાણ થાય

૬

## જીવન વડે દીર્ઘજીવન

કંઠિ ૩, સૂક્ત ૧૧

(અર્થ- પ્રજ્ઞા, મુચ્ચક્ષિત્વ । દેવતા- ઇન્દ્રામી, આયુર્ધર્મ, ચક્રમનાશનમ્ ।)

મુઞ્જામિ સ્વા હવિષા જીર્વનાય કર્મજ્ઞાતયસ્માદ્વત રાવિયસ્માત્ ।

ગ્રાહિર્જગ્રાહ યદ્યેતદેનં તસ્યા ઇન્દ્રામી પ્ર ઇશ્વરક્રમેનમ્

॥ ૧ ॥

યદિં હિતાયુર્યદિં વા પરંતો યદિં મૃત્યોરંતિકં નીતં એવ ।

॥ ૨ ॥

તમા હરામિ નિર્ક્રિતેરુપસ્થાદસ્પર્શમેનં શતશારદાય

સહસ્રાક્ષેણં શતયૌર્યેણ શતાયુષા હવિષાદાર્પમેનમ્ ।

॥ ૩ ॥

ઇન્દ્રો વર્ષમેનં શરદો નયાત્પતિ વિશ્વસ્થ દુરિતસ્થ પારમ્

શતં જીવ શરદો વર્ષમાનઃ શતં હેમન્તાન્શતમ્ વસન્તામ્ ।

॥ ૪ ॥

શતં ત ઇન્દ્રો અગ્નિઃ સવિતા વૃહસ્પતિઃ શતાયુષા હવિષાદાર્પમેનમ્

અર્થ- (ક જીવનાય) સપ્રપુશ્ન દીર્ઘજીવન માટે હું (સ્વા) તને (અજ્ઞાત-વશમાત્ હત રાજવશમાત્) અજ્ઞાત રોગથી અને રાજવશમાત્ નાશના કારણથી (હવિષા મુઞ્જામિ) જીવન વડે ઊગાડુ છું. (યદિ ગ્રાહિ યત્નમ્ પરં જગ્રાહ) જો અજ્ઞાત રોગે તેને એના રીતે જકડી લીધો હોય તો, (તસ્યા ઇન્દ્રામી પને પ્રમુચુકં) તે પીડથી છન્દ્ર અને અગ્નિ તેને ઊગાડે [ ૧ ]

(યદિ હિતાયુ) જો સમાપ્ત જીવનવાળો અથવા (યદિ વા પરંત) જો મરણની પાસે પહોંચ્યો હોય, અથવા (યદિ મૃત્યોઃ અતિકં નીતઃ એવ) જો મૃત્યુની પાસે પહોંચ્યો હોય ન હોય, (તં નિર્ક્રિતેઃ ઉપસ્થાત્ આહરામિ) તેને હું વિનાશક પાસેથી પાછો લાડુ છું અને (પન શતશારદાય અસ્પર્શમેનં) તેને સો વરસના દીર્ઘજીવન માટે સુરક્ષિત કરૂં છું. [ ૨ ]

(સહસ્રાક્ષેણ શતયૌર્યેણ શતાયુષા હવિષા પરં આદાર્પ) સો અતિથી યુક્ત, સો વીરોથી યુક્ત, સો વરસનું દીર્ઘજીવન આપનાર જીવન વડે મેં એને આપ્યો છે (યથા વિશ્વસ્થ દુરિતસ્થ પાર) જેથી સપ્રપુશ્ન હોવાના પાર થઈ (પન ઇન્દ્ર શરદઃ કાલિ નયાતિ) એને છન્દ્ર સો વરસના પુણ્યજીવનની પાસે પાર પહોંચાડે. [ ૩ ]

(વર્ષમાન શતં શરદઃ જીવઃ) વર્ષનો સો શરદ ઋતુઓ સુધી જીવે રહે, (શતં હેમન્તાન્, શતં વ વસન્તાન્) સો હેમન્ત અને સો વસન્ત ઋતુઓ સુધીઓ સુધી જીવે રહે (ઇન્દ્ર અગ્નિ સવિતા વૃહસ્પતિ તે શતં) છન્દ્ર અગ્નિ, વૃહસ્પતિ અને સવિતા તારા માટે સો વર્ષનું જીવન આપે. (પરં શતાયુષા હવિષા આદાર્પ) મેં એને સો વરસનું જીવન આપનાર હવિષથી અહીં આપ્યો છે [ ૪ ]

ભાષાર્થ- તને સુખમય દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય ને માટે તને જ્ઞાન અને અજ્ઞાત રોગોથી જીવન વડે ઊગાડુ છું અજ્ઞાત રોગોએ ને તને યદ્યેત રાખ્યો હોય તો જલ્પ છન્દ્ર અને અગ્નિની મદદથી તું તે રોગોમાંથી યુક્ત થઈ શકે છે [ ૧ ]

જીવન પ્રપુશ્ન થયું હોય, અસુખતોષ નિવૃત્તિ થઈ હોય, મૃત્યુની પાસે પહોંચ્યો હોય, તો જલ્પ તેને તે વિનાશક અવરણ માંથી પાછો લાડુ છું અને સો વર્ષનું દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરાડુ છું [ ૨ ]

જીવનમાં ઇન્દ્રો રક્ષિત્વો ૩ અને સો રોગો વીર્ય છે, એવા જીવન વડે મેં એને પાછો આપ્યો છે આ મનુષ્ય હવે સપ્રપુશ્ન હોવાના પાર થયો છે, હવે તેને છન્દ્ર સો વરસના દીર્ઘ જીવનના પાર લાઈ જશે [ ૩ ]

મેં તને સો વરસની આયુ આપનારા જીવન વડે મુ પુષ્ટી પાછો આપ્યો છે. છન્દ્ર, અગ્નિ, સવિતા અને વૃહસ્પતિ તને સો વરસનું જીવન આપે, હવે તું સર્વ પ્રાર્થના કરીને વર્ષનો સો વરસ સુધી જીવે રહે [ ૪ ]

પ્ર વિશતં પ્રાણાપાનાવન્તદ્વાદ્વાવિવ વ્રજમ્ । વ્યંન્યે યન્તુ મૃત્યવો યાનાહુરિતરાન્હૃતમ્ ॥ ૫ ॥

નૈવ સ્તં પ્રાણાપાનો માપં માતમિતો યુવમ્ । શરીરમ્સ્થાદ્ધાનિ જરસં વહતં પુનઃ ॥ ૬ ॥

રાયૈ ત્વા પરિં દદામિ જરાયૈ નિ ધુવામિ ત્વા ।

રા ત્વા મદ્રા નેષ્ટ વ્યંન્યે યન્તુ મૃત્યવો યાનાહુરિતરાન્હૃતમ્ ॥ ૭ ॥

મિ, ત્વા જરિમાદિત ગામુક્ષર્ણમિન રજ્જ્વા ।

સ્ત્વા મૃત્યુરમ્યઘત્તં જાયમાનં સુપાશયા । તં તે સત્યસ્ય હસ્તામ્યામૃદમુચ્ચદૃદસ્પતિઃ ॥ ૮ ॥

અર્થ— હે (પ્રાણાપાનો) પ્રાણ અને અપાન ! (પ્ર વિશત) પ્રવેશ કરો, (વનદ્વાદ્વાવિવ વ્રજમ્) એમ બે વાડામાં પ્રવેશ કરે છે (અન્યે મૃત્યવો વિ યન્તુ) બીજા અનેક અપમૃત્યુ દૂર થઈ જાય, (યાનાહુરિતરાન્હૃતમ્) તેમને બીજા સો પ્રકારના કહેવામાં આવે છે [ ૫ ]

હે (પ્રાણાપાનો) પ્રાણ અને અપાન ! (યુવં દ્વદ્વાવિવ સ્તં) તમે મને અર્ધીજ રહો, (દત્ત મા અપમાત) મહોદી દૂર જતા નહિ (અસ્ય શરીર) એનું શરીર અને (અંગાનિ) બધા અવયવો (જરસે વહતં પુનઃ) વૃદ્ધાવસ્થા પાટે ફરી લપટ આવે. [ ૬ ]

(સ્વા જરાયૈ પરિ દદામિ) તેને વૃદ્ધાવસ્થા માટે અર્પણ કરે છું (સ્વા જરાયૈ નિધુવામિ) તને વૃદ્ધાવસ્થા માટે પહોંચાડું છું (સ્વા જરા મદ્રા નેષ્ટ) તને વૃદ્ધાવસ્થા સુખ આપે, (અન્યે મૃત્યવો વિ યન્તુ) બીજા અપમૃત્યુ દૂર ચાલ્યા જાય, (યાનાહુરિતરાન્હૃતમ્) તેમને બીજા સો પ્રકારના કહેવામાં આવે છે [ ૭ ]

(વક્ષણ ગાં દ્વ રજ્જગા) જેમ બળદ અથવા માથેને દોરીથી બાંધવામાં આવે છે તે પ્રકારે (જરિમા સ્વા અમિ આદત) વૃદ્ધાવસ્થાએ તને બાંધી છે, (યા મૃત્યુ જાયમાન સ્વા સુપાશયા અમ્યઘત્ત) જે મૃત્યુએ ઉપજાવતાં તને ઉત્તમ પાસેથી બાંધી ગયો છે, (તે તં) તારા તે મૃત્યુને (સત્યસ્ય હસ્તામ્યામૃદમુચ્ચદૃદસ્પતિઃ) સત્યના બંને હોથોથી બુદ્ધરૂપિત ઊઠાવે છે. [ ૮ ]

આવાર્થ— હે પ્રાણ અને અપાન ! તમે બંને આ મનુષ્યમાં કિવે પ્રવેશ કરો, જેમ બળદ વાડામાં પ્રવેશ કરે છે બીજા સો કહે અપમૃત્યુ એની પાસેથી દૂર નાસી જાય (૫)

હે પ્રાણ અને અપાન ! તમે બંને એના શરીરમાં નિવાસ કરો, અર્ધીથી દૂર જતા નહિ એના શરીરને અને અવયવોને પૂર્ણવૃદ્ધાવસ્થા સુધી સાથે પ્રકારે ચલાવો (૬)

હે મનુષ્ય ! દુ હવે તને વૃદ્ધાવસ્થા માટે સમર્પિત કરે છું વૃદ્ધાવસ્થા સુધી હું તને જીવન આપું ॥ તને આરોગ્ય યુગ્મ વાડાઓ પ્રાપ્ત થાય અને બીજા બધા અપમૃત્યુ તારાથી દૂર થાય [ ૭ ]

જેમ બળદ અથવા માથેને એક ટેમણે દોરીથી બાંધી દે છે, તેમ હવે તારી સાથે વૃદ્ધાવસ્થાનું પૂર્ણજીવન બધાકે મળે છે જે અપમૃત્યુ જન્મનાજ વારી પાછળ પડ્યો હોતો તે અપમૃત્યુથી સત્યના હાથો વડે બુદ્ધરૂપિત તને ઊઠાવે છે (૮)

## હવન વડે દીર્ઘજીવન

હવન વડે દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

ઔપધિઓના યજ્ઞ

હવનની સહિત પછી મોટી છે તેથી આરોગ્ય, બળ, દીર્ઘજીવન વગેરે પ્રાપ્ત થઈ શકે છે યજ્ઞાગ્રોમાં હવન થાય છે, આ યજ્ઞવાગ્ન્યનુષ્ટાનોની સધિઓમાં કસાય છે અને તે વડે ઋતુ પરિવર્તનથી થનારા રોગો દૂર થઈ જાય છે તે વિશે કહ્યું છે—

મૈવજ્યયજ્ઞા યા પતે : તસ્માદ્નુસધિષુ પ્રયુજ્યન્તે ;  
ઋતુસધિષુ વ્યાધિર્જાયતે ॥ (ગો. ખા. ઉ. પ્ર. ૧૧૯)  
'આ ઔપધિઓના મહાભગ છે, તેથી ઋતુ સધિના વખતે આ યજ્ઞો કસાય છે તેનું કારણ એ છે કે જે ઋતુ સધિના સમયમાં રોગો થાય છે.'

‘ ઋતુ પસટવાધી દવા બગડે છે અને રોગો નિર્માણ થાય છે, આ રોગોનો પ્રતિબંધ કરતા માટે ઔષધિ યાગ કરવો છે. રોગનાશક, આરોગ્યવર્ધક અને પુષ્ટિકારક તેમજ બળ વધારનાર ઔષધિઓનું તેમાં દવન કરાય છે. જે યદ્ય રોગનાશક, આરોગ્યવર્ધક, પુષ્ટિકારક અને બળવર્ધક હશે તે દીર્ઘ આયુ આપનારો નિ સંદેહ હોય જ એમાં કોઈને પણ શંકા નથી, માટે આ સૂત્રમાં દવન વડે દીર્ઘાંશન મામ કરવાનો સંદેશ અપાયો છે તે અવગમ્ય વિચાર કરવા જેવો છે.

• હવન વડે રોગ દૂર કરવા

દવન વડે રોગો દૂર કરવાનું આ સૂત્રનું કહેવું મનન કરવા લાયક છે—

અજ્ઞાતયજ્ઞમાત્ વત રાજયજ્ઞમાત્ ત્વા મુજ્ઞામિ ।

( મં. ૧ )

તત્ત્વાઃ ( માઘાઃ ) રુદ્રાગ્ની ધનં પ્રમુસુકમ્ ।

( મં. ૧ )

‘ અજ્ઞાતરોગ અને જ્ઞાતરોગ અથવા રાજયજ્ઞા રોગ વગેરે રોગોથી રોગમુક્ત કરી દઈએ છીએ. પશુકનારા રોગોથી છેદ અને અગ્નિ આ રોગોને યુક્ત કરી દે છે. ’

આ મંત્રમાં જ્ઞાત અને અજ્ઞાત રોગો પશુ મટી જવાનો સંભવ દર્શાવ્યો છે. જ્ઞાત રોગો તે હોય જેમના બધા લક્ષણો જાણવાથી તેમની ઔગળ્યાણ સહેલક્ષથી થાય છે. તેમજ જે સારી રીતે ઔગળ્યાણ શક્તા નથી અથવા જેમની પરીક્ષામાં વૈદ્યોમાં ખત એકો હોય છે તે અજ્ઞાતરોગો કહેવાય. કોઈ વેદ એક રોગ કહે તો બીજો વેદ બીજો જ કહે. આ પ્રમાણે રોગ જાણીતો હોય અથવા અજાણ્યો હોય, તેને દવન વડે દૂર કરી શકાય છે, એટલે અગ્નિમાં યોગ્ય ઔષધિઓનું દવન કરવાથી રોગો રોગમુક્ત બને છે. વિવિધ રોગોની નિદિષ્ટિ માટે બીજા ઔષધિઓનું દવન કરવાની જરૂરી હોય છે, અને કેટલાક એવા પશુ પદાર્થો દવનમાં થતા હશે કે જેથી સામાન્ય આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય. એવા યોગ્ય ઔષધિઓના આગ્રહિત દવન વડે મનુષ્ય પૂર્ણ નિરોગ અને દીર્ઘાંશન યુક્ત બને છે.

હવનનો પરિણામ

હવનનો એટલો બધો પરિણામ હોય છે કે આસજ મરણ રોગો પણ રોગમુક્ત બની આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરે છે, તે નિર્ણ બીજા મંત્રમાં સ્પષ્ટ સ્પષ્ટ વડે કહ્યું છે કે, ‘ નો આ રોગો

મરણતોલ સ્થિતિએ પહોંચ્યો હોય, મૃત્યુની પાસે મર્યો હોય, તેનું અંશન પણ પૂર્ણ થયું હોય, તો પણ દવનથી આ બધી આપત્તિઓ દૂર થઈ શકે છે અને તેને સો વર્ષનું, પૂર્ણ અંશન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. ( મં. ૨ )

રાતાયુ કરનારું હવન

આ વર્ણન ઉપરથી દવનનો અર્પૂરો આરોગ્યવર્ધક પરિણામો સમજાય છે. ત્રીજા મંત્રમાં દવનનું નામ જ ‘ રાતાયુ દવિ ’ કહ્યું છે એટલે આ દવનથી સો વર્ષનું પૂર્ણ અંશન મામ થઈ શકે છે. આ ‘ રાતાયુ દવિ ’ ની અંદર રાતવીર એટલે સો પ્રકારનું બળ હોય છે અને ( સદ્ગત્-મદ્ગત ) હવન પ્રકારની શક્તિઓ હોય છે. તેથી—

મયાત્યતિ વિશ્વસ્ય દુરિતસ્ય પારમ્ । ( મં. ૩ )

‘ બધા દુરિતો દૂર કરાય છે ’ દુરિત નામ પાપનું છે. આ ‘ દુરિત ’ ( દુઃ-દત ) તે છે કે જે દુઃખ ઉત્પન્ન કરનાર શરીરમાં ધુસેનું હોય છે, તે શરીરમાં ધુસી નાના પ્રકારની ધીસઓ ઉત્પન્ન કરે છે, દવન વડે આ દુરિત એટલે રોગો નિર્માણ કરનારું દ્રવ્ય શરીરમાંથી દૂર કરાય છે.

એવા મંત્રમાં વિશ્વાસપૂર્વક કહ્યું છે કે હવે તો ‘ દવન કરાયું છે, મન્દ, અગ્નિ, સવિતા, બુદ્ધરૂપિ વગેરે દેવતાઓ થી શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરાય છે. હવે તું વિશ્વાસપૂર્વક પોતાની બધી શક્તિઓ વધારતો સો વરસ સુધી જીવતો રહે. હવે તને મૃત્યુથી ડર નથી. ( મં. ૪ ) ’ દવનનો એવો સારો પરિણામ થાય છે અને એટલો વિશ્વાસ ઉત્પન્ન થાય છે, આ દવનનો પરિણામ મનનપૂર્વક જોવા જેવો છે.

પાંચમા અને છઠ્ઠા મંત્રમાં પ્રાણ અને અપાનને આદિ પૂર્વક કહ્યું છે કે ‘ હે પ્રાણ અને અપાન ! તને હવે આ પુરુષના શરીરમાં પેસી જાઓ, ત્યાંજ પોતાનાં કાર્યો કરો અને તેના શરીરને તેમજ સંપૂર્ણ ઇન્દ્રિયોને પૂર્ણ અંશનની સમાપ્તિ સુધી પોતપોતાના કાર્ય કરવા લાયક રાખો, તેમજ આ શરીરથી છુટા પડતા નહિ તમારા કાર્યથી તેના બધા અવયવો દૂર થઈ જશે ( મં. ૫-૬ ) ’ અપાર પૂર્ણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે અને શરીરમાં નવું જીવન સંચારિત થાય છે. ત્યારે શરીરમાં રિચરૂપે પ્રાણ અને અપાન રહેશે જ. આ દવનનો પરિણામ છે

સામા મંત્રમાં કહ્યું છે કે— ‘ હે મનુષ્ય ! હવે હું તને

જ્ઞાવરયા માટે સમર્પણ કરે છું. તને સુખકારક જ્ઞાવરયા પ્રાપ્ત થાય અને બધા અપમૃત્યુ તારથી દૂર જાય. (મં. ૭) જ્ઞાવરયાના ખોળામાં સમર્પણ કરવાનો અર્થ એ છે કે પૂણું જ્ઞાવરયા થતાં સુધી એટલે સો વરસનું પૂર્ણ-જીવન થાય ત્યાં સુધી જીવિત રહેવું.

મરણનો પાશ

આઠમા મંત્રમાં એક મહાન્ સિદ્ધાંત કહ્યો છે કે, દરેક મનુષ્ય જન્મ થતાં જ મૃત્યુના પાશથી બંધાય જાય છે—

‘યસ્માં મૃત્યુરભ્યાધત્ત જાયમાન્નં સુપાશયા ।’

(મં. ૮)

‘મૃત્યુ તને એટલે દરેક પ્રાણીને જન્મતાં જ ઉત્તમ પાશો વડે બાંધી રાખે છે. ’ કોઇ માણસ અથવા પ્રાણી મૃત્યુના આ પાશમાંથી છૂટતો નથી. જે જન્મે છે તે જરૂર કોઇ ને કોઇ સમયે મરવાનો છે. બધા ઉત્પન્ન થએલા પ્રાણીઓને મૃત્યુએ પોતાના પાશો વડે એવા જકડીને બાંધ્યા છે કે તે આમ તેમ જમી શકતા નથી અને બધા મૃત્યુને વશ થાય છે.

બધા જન્મ લેનારા પ્રાણીઓને એકવાર અવશ્ય મરવું છે. ’ આ મંત્રનું કહેવું બધાએ વિચાર કરવા જેવું છે. દરેક જ્ઞાનમાં રાખવું કે પોતાના માથા ઉપર મૃત્યુએ પત્ર મૂક્યો છે. આ વિચારથી માણસે સત્યધર્મનું પાલન કરવું જોઈએ. સત્ય જ આ મૃત્યુથી બચાવનારું છે.

સત્યથી સુરક્ષિતતા

‘મૃત્યુના પાશમાંથી બચવાનો એકમાત્ર ઉપાય ’ સત્ય ’ છે. એનું ૮ મો મંત્ર કહે છે—

‘તે તે સત્યસ્ય હસ્તાભ્યામુદમુચ્ચદ્ મૃદસ્પર્શી ।’

(મં. ૮)

‘મૃદસ્પર્શિ તને સત્યના સંરક્ષક હાથો વડે મૃત્યુથી બચાવે

છે. ’ એટલે જે માણસ સત્યનું પાલન કરે છે, તેનો બચાવ પરમેશ્વર કરે છે. અર્થાત્ સત્યથી જ તેનો બચાવ થાય છે. સત્યનું રક્ષણ એવું છે કે તેની જોડે બીજા કોઇ રક્ષણની તુલના થઇ શકતી નથી, એટલે એક માણસ પોતાનો બચાવ સત્યના હાથો વડે કરે છે અને બીજો મનુષ્ય પોતાનો બચાવ શસ્ત્રો વડે કરે છે તો સત્ય વડે બચાવ કરનારો માણસ વધારે સુરક્ષિત છે. જે પોતાના શસ્ત્રો વડે રક્ષણ કરે છે તેના કરતાં સત્યથી સંરક્ષણ કરનારો વધારે સુરક્ષિત કહેવાય. સત્યાગ્રહથી પોતાનું રક્ષણ કરવું બ્રાહ્મજન છે અને શસ્ત્રાગ્રથી પોતાનું રક્ષણ કરવું એ ક્ષાત્રજન છે. ક્ષાત્રજનથી બ્રાહ્મજન અધિક શ્રેષ્ઠ છે તેમાં કોઇને શંકા નથી.

સત્યપાલનથી દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

અહીં અમને સૂચના મળે છે કે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છનારાઓએ સત્યનું પાલન કરવું ધણું જરૂરી છે. સત્યના સંરક્ષક હાથોથી સુરક્ષિત થએલા માણસ જ દીર્ઘજીવી થઇ શકે છે.

આ મંત્રમાં જે હવનનું મહત્ત્વ વર્ણન કર્યું છે તે યજ્ઞ-શાસ્ત્રમાં પ્રસિદ્ધ છે યજ્ઞથી જનતાનું કલ્યાણ, આરોગ્ય પ્રાપ્તિ વગેરે થવાનું વર્ણન બધા યજ્ઞશાસ્ત્રો કરી રહ્યાં છે. આ દૃષ્ટિએ આ સૂક્ત એક આરોગ્ય પ્રાપ્તિનું નવીન સાધન બતાવે છે.

કયો રોગ દૂર કરવા માટે કઇ હવન સામગ્રીનું હવન થવું જોઈએ, એ વિષે અહીં કંઈ કશું નથી પરંતુ હવનનો સર્વ સામાન્ય પરિણામ જ અહીં બતાવ્યો છે. દરેક રોગ દૂર કરવા માટે વિશેષ પ્રકારનું હવનનું રાત્રી બીજા સૂક્તોમાંથી મેળવવું જોઈએ. વૈદિક વિદ્યાઓની શોધખોળ કરનારાઓ માટે આ એક મહત્ત્વપૂર્ણ શોધનો વિષય છે. સંશોધન કરનારાઓએ તે વિષે શોધ અવશ્ય કરવી. તેથી જેવું બ્યક્તિનું કલ્યાણ થાય છે, તેવું જ સમાજ અને રાષ્ટ્રનું પણ કલ્યાણ થઇ શકે છે.



## દીર્ઘજનન, પુષ્ટિ અને સુખજન

કાંદે ૨, સૂકત ૨૯

(કવિ:- ભગવાં ! દેવતા- માનદેવતાઃ ।)

પાર્થિવસ્ય રસં દેવા મર્ગસ્ય તુન્વોઽકું ધર્મે ।

આયુષ્યમિસ્મા અમિઃ ધર્મો વર્ચ આ ઘાઢહસ્પતિઃ ॥ ૧ ॥

આપુરસમે ધેહિ જાતવેદઃ પ્રજાં ત્વેદરાધિનિધેદ્રસ્મ ।

શપસ્યોર્ધં સવિતરા મુવાસ્મે દ્રવં જીવાતિ શરદસ્તપાયમ્ ॥ ૨ ॥

આશીર્ણં ઝર્જનુત સૌપ્રજાસ્ત્વે દર્શં ધર્ચં દ્રવિણં સર્વંતસૌ ।

જયં શેષાણિ સદસાપાર્થેન્દ્ર કળ્યાનો અન્વાનર્ષાન્ત્સપર્માન્ ॥ ૩ ॥

શ્વેત્રેણ દુત્તો વરુણેન શિષો મરુદ્ધિક્રુમઃ પ્રદિતો ન આર્ગન ।

દ્યુવ ધૌં ઘાપાપૃથિવી ઉપસ્યે મા મુષ્ઠમ્ના હૃષ્ત ॥ ૪ ॥

॥ ૪ ॥

અર્થ:- દે (દેવાઃ) દેવો ! અમિ, શરદ અને શરદર્થત (અસે) આ મનુષ્ય માટે (પાર્થિવસ્ય ત્વઃ મગસ્ય) પાર્થિવ શરિરા ઔષ્ણ્ય સંબધી (રસે વલે) રસ અને બળની અંદાશી પ્રાપ્ત થનાર (આયુષ્યં વર્ષાઃ) દીર્ઘજનન અને તેજ (મા ઘાઢ) આપે. [ ૧ ]

દે (જાતવેદઃ) શાન આપનાર દેવ ! (અસે વાયુઃ ધેહિ) આના માટે દીર્ઘજનન આપે, દે (શ્વદઃ) રથના કરનાર દેવ ! (અસે પ્રજાં અધિ નિધેહિ) એને માટે પ્રજા આપ દે (સવિતઃ) ત્રેશ દેવ ! (અસે શપસ્ય વૌર્ધ આશુવ) એના માટે ધન અને પુષ્ટિ આપ. (શપ અર્થ શાન્ત શરદઃ ડ્રિવાતિ) આ તારો બની સે. વરસ જરતો રહે [ ૨ ]

(નઃ વ્યાર્જાઃ) અમને આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થાય તેમજ દે (સર્વંતસૌ) ઉત્તમ મનવાળાઓ ! (ઝર્જં શત સૌપ્રજાસ્ત્વં) બળ તથા સારી સંતતિ, (વર્ચં દ્રવિણં) દક્ષતા અને ધન અમને (ધર્ચં) આપે, દે ધન્ન ! (અર્થ સદસા) આ પોતાના બળથી, (શેષાણિ અર્થ) વિવિધ શેષો અને વિશ્વ આપ (કળ્યાનઃ) કરીને (અન્વાનર્ષાન્ત્સપર્માન્ અપરાન્) ખીળ શત્રુઓને નીચે ડાબે છે. [ ૩ ]

આ (શ્વેત્રેણ વસ્તઃ) પ્રશુભે આપે છે. (વરુણેન શિષ્ટઃ) શાસક વરે શાસિત થએલો, (મરુદ્ધિક્રુમઃ પ્રદિતઃ) ઉત્સાહી વીરો વરે પ્રેરિત થએલો અને તે કારણે (અન્વા નઃ વાયન્) ઉભે બની અમારી પાસે આવે છે. દે (ઘાપાપૃથિવી) પૃથ્વી અને પૃથ્વી ! (ધૌં વપસ્યે) તમારી પાસે રહેનારો (દ્યુવઃ) આ (મા મુષ્ઠમ્ના મા હૃષ્ત) શૂન અને તરસથી ખીડાયેલો ન હોય. [ ૪ ]

વ્યાખ્યાન:- દે દેવો ! આ મનુષ્યને અમિ, શરદ, શરદર્થત વગેરે દેવતાઓની કૃપાથી એવું દીર્ઘજનન પ્રાપ્ત થાય તે એની સાથે પાર્થિવ ઔષ્ણ્યયુક્ત આત્મ, રસ, બળ, તેજ અને આરોગ્યવશું જનન હોય. (૧)

દે દેવો ! એને ઉત્તમ સત્યાત્મ, ઔષ્ણ્ય યુક્ત ઉત્તમ પુષ્ટિ અને દીર્ઘજનન આપે. (૨)

દે દેવો ! અમને આશીર્વાદ આપે. અમને બળ, સુખ, દક્ષતા, અને ધન પ્રાપ્ત થાય. મરુદ્ધે પોતાની શક્તિથી બહાં બહાં કાર્યોનોર્ષા વિશ્વ પ્રાપ્ત કરે અને સત્રુઓને નીચે પેદાઈ કરતી નસાઈ મૂકે. (૩)

આ મનુષ્ય પરમાત્મા વરે અનાવધાર્ય આવેલો, શ્રેષ્ઠો બની શક્તિ બનેલો, વીરો દ્વારા ઉત્સાહિત થયેલો છે, તેઓ તે શરદોર બની અમારી અંદર આવેલો છે અને કાર્ય કરે છે. આયુષ્યમિની વધારણા કરનારા આ વીરને શૂન અને તરસના કષ્ટ ક્ષી પ્રાપ્ત ન થાય. (૪)

ऊर्जमस्मा ऊर्जस्वती घत्तं पयो अस्मै पयस्वती घत्तम् ।

ऊर्जमस्मै घावापृथिवी अघातां विश्वे देवा मरुत ऊर्जमार्षः

॥ ५ ॥

शिवाग्निष्टे हृदयं तर्पयाम्यनमीवો मोदिपीष्ठाः सुवर्चाः ।

सवासिनीं पिबतां मन्थमेतमग्निर्नो रूपं परिधाय मायाम्

॥ ६ ॥

इन्द्र एतां संसृजे विद्वो अग्र ऊर्जा स्वधामजरां सा त एषा ।

तया त्वं जीव शरदः सुवर्चा मा त आ संसृजिष्यસ્વે अक्रन्

॥ ७ ॥

અર્થ— હે ( ઉર્જસ્વતી ) અજાણી ! ( મસૈ ઉર્જ ઘત્તં ) આના માટે અજ આપો. ( પયસ્વતી અસૈ પયઃ ઘત્તં ) હે દુધવળી ! આના માટે દુધ આપો. ઘુસોડ અને પૃથ્વીસોડ ( મસૈ ઉર્જ અઘત્તાં ) આના માટે બળ આપે છે. તેમજ ( વિશ્વે દેવાઃ મરુતાઃ આપઃ ) બધા દેવો, મરુતો અને જળ આ બધા તેના માટે ( ઉર્જ ) શક્તિ આપે છે. [ ૫ ]

( શિવાગ્નિઃ તે હૃદયં તર્પયામિ ) હૃદયાજીકારક વિદ્યાઓ વડે તારા હૃદયને દૃ વૃત્ત કરે છું. તું ( અનર્મઘઃ ) આરોગ્યસંપન્ન અને ( સુવર્ચાઃ ) ઉત્તમ તેજસ્વી બની ( મોદિપીષ્ઠાઃ ) આનંદિત થા. ( સવાસિની ) બળીને વારુભ્ય કરનારા તમે બને ( અગ્નિઃતૈઃ રૂપં ) અગ્નિદેવોના રૂપને અને ( માયાં પરિધાય ) શુદ્ધિ તેમજ ધર્મશક્તિને પ્રાપ્ત થઇ ( યતં મન્થં પિબતાં ) આ રસનું પાન કરો. [ ૬ ]

( વિદ્ઃ હ્રદઃ ) ભક્તિ કામ્યેસી પ્રભુ ( યતાં અજરાં ઉર્જાં સ્વધાં અગ્રે સસૃજે ) આ કદી ક્ષીણ ન થનારી સુધાને ઉત્પન્ન કરે છે, આપે છે. ( સા યયા તે ) આ બધું તારા માટે જ છે. ( તયા ત્વં સુવર્ચાઃ શરદઃ જીવ ) તે વડે તું ઉત્તમ તેજસ્વી બની બધા વર્ષે જીવતો રહે. ( તે મા આસૃજોત્ ) તારા માટે ઐશ્વર્ય ઓહું ન થાય, ( તે મિયજઃ કમલ્ ) તારા માટે વૈભવે સારા રસયોગ બનાવ્યા છે. [ ૭ ]

ભાવાર્થ— સૂરજ પિતા અને ભૂમિ માતા એને અન્ન, રસ, બળ અને યોગ આપે જલ વગેરે બધા દેવો તેને સહાય કરે ( ૫ )

શુભ વિદ્યાઓ વડે તારા હૃદયને વૃત્ત કરે છું. તું નિરાશી અને તેજસ્વી બની હૃદયેસા આનંદિત થા. હળીમળીને રહેા અને પોતાનું સૈંદર્ભ, પોતાની બુદ્ધિ અને કર્મની શક્તિ વધારી આ રસને પી ભવો ( ૬ )

પ્રભુએ જ આ બલવર્ધક અમૃત રસ પ્રારંભમા ઉત્પન્ન કર્યો. તેનું સેવન કરી તેજસ્વી અને બલિષ્ઠ બની, તુ દીર્ઘજીવનની સમાપ્તિ સુધી જીવતો રહે તારા જીવનમાં ઐશ્વર્યની ન્યૂનતા કદિ ન થાય અને તારા માટે વૈદ્ય સોડ ઉત્તમ યોગ તૈયાર કરે, જેથી તું નિરાશી અને સ્વસ્થ બનીને ઉત્તરિને પ્રાપ્ત થા. ( ૭ )

## દીર્ઘજીવન, પુષ્ટિ અને સુપ્રજા

રસ અને બલ

પાર્થિવ રસોનો પાર્થિવશરીર સંવર્ધનમાં એટલો સંબંધ

આપણું સૂક્ષ્મશરીર પાર્થિવશરીર કહેવાય છે. કારણ કે તે પાર્થિવ પરિમાણોમાં જન્મું છે. પૃથ્વીથી ઉત્પન્ન થનારા વિવિધ રસોના સેવનથી તેની પુષ્ટિ થાય છે અને ઉપર કહેલા રસો ન ભગવાદી તેની ક્ષીણતા થાય છે. એટલે શરીરનું બલ વધારવું હોય તો પાર્થિવ રસોનું સેવન કરવું અત્યંત આવશ્યક છે. શરીરનું ઐશ્વર્ય, બલ, આયુષ્ય અને તેજ આ રસસેવન ઉપર અવલંબીને છે.

એમ માનવાથી અગ્નિ, સૂર્ય વગેરે દેવતાઓનો સંબંધ તેની જોડે બિલકુલ નથી એમ સિદ્ધ થઇ શકતું નથી; કારણ કે અગ્નિની ઉજ્જ્વલતા, સૂર્ય કિરણોના રસાયન ગુણ અને જલના રસ આ બધાનું સંમશિયુ બની પૃથ્વીથી રસ ઉત્પન્ન થાય છે. આ બધી દેવતાઓના અંશ તે રસમાં હોવાથી જ આનો કે તે રસ દેવતાઓનો જ રસ છે. તેથી તેના સેવનથી દેવતાઓના સત્ત્વાંશનું જ સેવન થાય છે. જે પ્રમાણે ગાય

ધાસ ખાઇને દંધરૂપી શ્રવનરસ આપે છે, તે પ્રકારે જ આ જૂમિ પોતાને યોગ્ય પદાર્થોનું સેવન કરી ધાન્ય, ફળ, શાક, કંદ, મૂળ વગેરે રૂપે રસ આપે છે. વાયુકે વિચાર કરી જોશે તો તેમને જાણ થશે કે, જો કે આ રસ જૂમિથી ઉત્પન્ન થાય છે તો પણ તેની સાથે આપ, અમિ, વાસ, સ્વચ્, ચદ્ર વગેરે બધા દેવોનો ધનિષ્ઠ સંબંધ છે. જો કોઇ વનરૂપિ સૂર્યપ્રકાશથી વચિત રહી જન્ય એટલે કે એવા ઠેકાણે મૂકવામાં આવે કે જ્યાં તેને સૂર્યપ્રકાશ મળી શકે નહિ, તો તે દુર્બળ બની જશે આ વાત જોવાથી વાયક પોતે સમજી શકશે કે પૃથ્વીમાંથી રસ ઉત્પન્ન થવામાં સૂર્યાદિ દેવતાઓનો ધણો મોટો સંબંધ જી આ બધા દેવો મનુષ્યમાત્ર માટે અજાદિ બેગ તેવાર કરવામાં કેવી રીતે આન આપે છે અને કાચું કરે છે, તે અહીં વાયકોએ જાણવું આ મુજબ પ્રાણીમાત્ર પાસન કરતી આ જ દેવોની પાલકશક્તિ છે.

‘અમિ, સૂરજ, બુદ્ધરૂપિ વગેરે બધા દેવ પાસે’ વ્યેથવાના રસથી અને સારીરિક બળથી પૂર્ણ આયુષ્ય અને તેજ આપે છે. ‘આ પહેલા મનનું કથન ઉપર કહેલું તાત્પર્ય’ જતાવે છે. માટે દીર્ઘશ્રવન, આરોગ્ય અને બલ-યુક્ત તેજ ઇન્દ્રનાર સોનાએ સૂર્યાદિ દેવોથી મળનાર સાક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા અને ઉપર કહેલા શુદ્ધોર્થી યુક્ત બળ વગેરે રસો સેવન કરી પોતાનું બળ વધારવું. આ પહેલા મનનો બોધ છે ( મં ૧ )

### શાસ્ત્ર

બીજો મંત્ર કહે છે કે ‘જાતવેદી આયુ, ત્વષ્ટા પાસેથી સારી પ્રમ, સવિતા પાસેથી કૃષિ અને ધન પ્રાપ્ત કરી આ માણસ સો વર્ષ’ શ્રવનો રહે. ( મં. ૨ ) ‘આ મનમાં દીર્ઘ-શ્રવન પ્રાપ્ત કરવાની’ સુચિત જતાવી છે. જાતવેદ, ત્વષ્ટા અને સવિતા આ ત્રણ દેવ છે, જેમની કૃપાથી દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત થાય છે. માટે તેનો વિશેષ વિચાર કરવો જરૂરી છે—

૧-જાતવેદા- ( જાતવેદવ ) જેનાથી વેદ એટલે જ્ઞાન થયું છે, જેનાથી જ્ઞાનનો પ્રવાહ ચાલે છે, જેની પાસે જ્ઞાન જી અને જેનાથી તે જ્ઞાન ચોરે પ્રસરે છે. ( જાતવેદિ ) જે બનેલા બધા પદાર્થોને જાણે છે એટલે પદાર્થ-માત્રના અણુધર્મે જાણનારો દાની ( જાતવેદવેદ ) ઉત્પન્ન થએલી વસ્તુમાત્રનું જ્ઞાન. આ અર્થમાં આ શબ્દ પદાર્થ-વિદ્યાનો વાયક થાય છે. કોઇ પણ પ્રકારે વિચાર કરાખ તો

આ શબ્દ જ્ઞાનવાચક રૂપ છે. મંત્રમાં કહ્યું છે કે તે શ્રવન આપે છે, તેથી રૂપ સિદ્ધ થાય છે કે ‘જ્ઞાનીની અથવા જ્ઞાનની સદાચાલથી શ્રવન વધારી શકાય છે.’ જે શ્રવન વધારવાની ક્ષમ્ય હોય તો, વસ્તુમાત્રનું જ્ઞાન એટલે પદાર્થ-વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવી જોઇએ અને તે વિદ્યાથી જ્ઞાનરસ વગેરેનું યોગ્ય સેવન કરી પોતાનું શ્રવન વધારવું જોઇએ.

૨ ત્વષ્ટા- બારીક કરવું, બારિકાઈમાં કાચું કરવું, કુશલતાથી કાચું કરવું, કારીગરીનું કામ કરવું વગેરે કામો કરનારનું નામ ત્વષ્ટા છે પરંતુ આ બધી દુનિયાનો મોટો કારીગર છે, તેથી તેને ત્વષ્ટા કહે છે. બીજા કારીગરો પણ નાના ત્વષ્ટા છે. ‘ત્વષ્ટા મનુષ્ય માટે પ્રજા આપે’ એવું આ મંત્રજાત્ર કહેવું છે. યોગ્ય સંતતિ બળવડી તેના હાથમાં છે, પરમ ત્વષ્ટાની કૃપાથી તેને યોગ્ય અને સારી સંતતિ પ્રાપ્ત થાય, જે માણસ કારીગરીના કામોમાં કુશળ હોય છે, તેનામાં સુદરતાનું જ્ઞાન બીજાઓ કરતાં અધિક હોય છે, તેથી એવા માણસને બીજાઓ કરતા વધારે સારું, સુકેળ, સુદર સંતાન થરાનો સંબંધ છે. માતા-પિતાઓમાં સુદરતાની કૃપના એટલી વધારે હશે તેટલી સુદરતા અથવા સુગેળાઈ સંતાનમાં આવવાનો સંબંધ છે. ત્વષ્ટાને પ્રજા જોડે આ સંબંધ છે.

૩ સવિતા- ગ્રેરણા કરનાર અને રસ આપનાર, સૂરજ બધાને જગાડે છે અને વનરૂપિઓમાં રસનો સંચાર કરે છે, તેથી તેનું નામ સવિતા છે. આ જૂમિ ઉપર વનરૂપિ વગેરેમાં રસ ઉત્પન્ન કરી પ્રાણીઓની ( વૉર્સ ) કૃષિ કરે છે અને તેમની ( રાજા ) શોધા અને વ્યેથવ વધારે છે.

આ પ્રકારે આ દેવો મનુષ્યને સહાય કરે છે અને તેને દીર્ઘશ્રવન આપે છે માણસે તેને લાજ તેમનાથી પ્રાપ્ત કરવો.

અમર, બલ, ધન, સુસંતાન અને જગ્ય

બીજા મંત્રમાં મનુષ્યોની સંપૂર્ણ આકાંક્ષાઓનું વર્ણન સંક્ષેપમાં કર્યું છે. ‘અમરને અમ, બલ, ધન, સુસંતાન અને જગ્ય પ્રાપ્ત થાય અને સુત્રુઓ નામે દમાઇ જાય.’ આજ બધા મનુષ્યોની મનોકામના હોવાનું રવાનારિક છે. બળ વડે સગરની જૂબ કાંત થાય છે, તેથી બળ વધે છે, ધન પ્રલેક ભવદારનું સ્થાન હોવાથી બધા તેને ચાહે છે, તે પછી વંશવિસ્તાર માટે સુસંતાનની અભિલાષા, અભ્યુસ કરે છે, તે પછી વિભવનો કબજુક થાય છે. એવી દરેક

માણસની ઇચ્છા હોય છે, પરંતુ તે સિદ્ધ કેવી રીતે થાય, તેનો ઉપાય પહેલા બે મંત્રોમાં કહ્યો છે. તેનાથી આ બધું પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. તેની સાથે એ પણ ધ્યાનમાં રાખવા જેવા વિશેષ મહત્વની વાત આ મંત્રમાં કહી છે, તે જતાવનારો મંત્ર આ છે—

અહ સહસા જયં હૃષવાજઃ શ્લોઞાણિ । ( મં. ૩ )

‘ આ પોતાના બળ વડે વિજય પ્રાપ્ત કરેના સ્ત્રોતો પ્રાપ્ત કરે છે. ’ આ મંત્રમાં ( સહઃ ) પોતાની અંદરના બળનો ઉલ્લેખ છે. ‘ સહઃ ’ એટલે ‘ પોતાનું ’ બળ ‘ જે બળ વડે શત્રુનો હુમલો સહન કરી શકાય છે, જે બળના કારણે શત્રુને હુમલો આવે તો પણ પોતાનું કશું નુકસાન થતું નથી, તેનું નામ સહ છે. માણસે આ સહ નામનું બળ પોતાની અંદર વધારવું જોઈએ. આ બળ જેટલું વધશે તેટલો વિજય પ્રાપ્ત થશે અને વિવિધ કાર્યક્ષેત્રોમાં ઉત્તિ થઈ શકશે અને તેના પ્રભાવથી શત્રુ પરાજય પામશે. તે જો ન હોય અને બીજા બંધે તેટલા સાધનો પાસે હોય તો તેમનો કંઈ પ્રભાવ પડશે નહિ. તેથી આ મંત્રમાં કહ્યું છે જે ‘ સહ ’ સંગ્રહ બળ છે તે પોતાની અંદર વધારવું તેને ધ્યાનમાં રાખી, તે બળ પોતાની અંદર વધારવું અને તેના આધારે બળ, બલ, બન, સુસંતાન વગેરે સાથે વિજય પ્રાપ્ત કરવો.

એથી મંત્રમાં કહ્યું છે કે આ મનુષ્ય ઘાવાપ્રયિત્રીની આ દર આવેશે છે તેને ‘ ઇદે આઠા આપેલ, વશ્ય દ્વારા શાસિત થએલ, અને મરતોએ ચલાવેલ છે, તેથી અહીં આવી તરસો અને ભૂખ્યો થઈ તે દુઃખી ન થાય ( મં. ૪ ) ’ દરેક માણસે પોતાને આ કેવળે ટ્રિનિતિ સ્વર્ગનું આજીવન જાળવે એટલા દેવ પ્રેરણા આપનારા અને રક્ષણ કરનારા છે, આ વાત મનમાં રાખવાથી મનનીશ કિત બધી પ્રભાવશાળી બને છે. આરા સદાયકતાએ આટલા દેવો ! એવો વિશ્વાસ ધણુ બળ વધારનારો છે. માણસની ઉત્તિ કરવા આટલા દેવો કામ કરે છે, ભૂમિ, આપ, અગ્નિ, સૂર્ય આદિ દેવ તેના આટલા બળ તૈયાર કરે છે, બૃહસ્પતિ તેને યાન આપે છે, જાતવેદા તેને વિદ્યા આપે છે, સૂર્ય તેજ આપે છે, બીજા દેવો આ રીતે જ બીજા ઘણા મદદ કરે છે અને રક્ષણ પણ કરે છે, શું આવો માણસ પોતાની શક્તિથી ચારે તરફ વિજય પ્રાપ્તિ કરી પોતાના શત્રુઓને હાર નથી કરી શકે ? ! કરી શકે છે, પણ તેણે કટિબદ્ધ થઈ પોતાના પગ ઉપર ઉભા રહેવું જોઈએ.

‘ અજવાળી જામોન તેને બળ અપણું કરે છે, દુષવાળી ગાય તેને દૂધ આપે છે, ઘાવાપ્રયિત્રી તેના માટે બળ વધારે છે અને આપ દેવના તેને વીર્યપ્રદાન કરે છે. ’ ( મં. ૫ )

વાચકો તેનો અનુભવ કરે. આટલી દેવતાએ મનુષ્યને સદાય આપે છે. બદલામાં કશું ન માગતા સદાય આપે છે એટલું સદાય પરમાત્માની મંગલમય યોજના વડે થાય છે ! તો છતાં પણ જો માણસ પોતાનું બળ વધારે અને વિજય સંપાદન ન કરે તો પછી દેવ કોનો હોઈ શકે ! વાચકોએ કૃપા કરીને આનું ઉત્તર આપવું અને પોતાની જવાબદારી જાણી પોતે પુરુષાર્થ કરવા માટે કટિબદ્ધ થવું. મનુષ્ય પોતાની ઉત્તિ માટે કટિબદ્ધ થાય તો, આ બધા દેવો તેના સદાયક થાય છે અને તેની અખંડ ઉત્તિ થાય છે.

### હૃદયની તૃપ્તિ

બળ પ્રાપ્ત થયું, શરીરનું બળ વધ્યું, સંતતિ પણ થઈ, તેમજ બીજા બધા ભોગ અને એથ્ય પણ મળ્યું. તો પણ હૃદયની તૃપ્તિ થઈ શકતી નથી. ત્યાં સુધી હૃદયની તૃપ્તિ થતી નથી ત્યાં સુધી શાંતિ મળી શકતી નથી. માટે પહેલા કહેલા મંત્રો વડે અભ્યુદયનો માર્ગ જાણી જહા મંત્રમાં નિર્ણયસનો માર્ગ જાણવામાં આવે છે. હૃદયની તૃપ્તિનો માર્ગ આ છે—

તે હૃદયં શિવામિઃ તર્પયામિ । મં. ૧ )

‘ તારું હૃદય મંગલવૃત્તિએ વડે તૃપ્ત કરું છું. ’ શિવા શબ્દ શુભતાસૂચક છે. જે મંગલમય છે તે શિવ છે, પછી એ જાણના થઈ શકે છે, કામના થઈ શકે છે અને વિદ્યા પણ થઈ શકે છે. તે અને તેજ હોઈ શકે જે શિવ છે તેથી હૃદય સંતૃપ્ત બને છે. બીજા કોઈ વાતથી નહિ. ત્યારે કંઈ અરાધ્ય વિચાર મનમાં આવે ત્યારે મન જેવું અશાંત બની જાય છે અને શુભ વિચાર, શુભ જાણનાથી મન જેવું પ્રસન્ન થઈ ઉઠે છે. શુભ વિચાર, શુભ ઉચ્ચાર અને શુભ આચાર મનુષ્યના હૃદયને સંતોષ આપે છે. તે મનમાં સ્થિર થવાથી મનુષ્યનું હૃદય તૃપ્ત, શાંત અને મંગલમય થઈ જાય છે. આ હૃદયની શાંતિન અવરથાથી મનુષ્ય દીધાંયુ, નિરાગી, તેજસ્વી, વચ્ચેથી તેમજ જળવાનુ થાય છે અને એવા શાંતિપૂર્ણ મનુષ્યને જ સુસંતાન થાય છે. હૃદયશાંતિનું મહત્તર ફેલું છે અને હૃદયની અશાંતિથી કેટલી હાનિ થાય છે તેનો અનુભવ વાચકો અહીં કરી શકે છે. આ જ વાત પછીના મંગલસાગમાં કહી છે.

લનમીવા। છુલ્લચોઃ મોલિષીઘાઃ । ( મં. ૧ )

‘ નિરોગી અને ઉત્તમ તેજસ્વી યમ આનંદિત યાત્ર. ’  
એટલે પહેલાં કલા મુજબ હૃદયની શાંતિ રિષર થરાથી  
મનુષ્ય નિરોગ અને ઉત્તમ તેજસ્વી યમ આનંદિત યમ થશે  
છે, માટે માણસે પોતાનું અંતઃકરણ શાંત અને મંગલમય  
માનાવતું અને અશાંતિથી રહેવું. એટલું જ નહિ પણ  
અશાંત અવસ્થા એમર ઉર્ભાધય તો પણ પોતાનું અંતઃકરણ  
શાંત અને શુભમંગલ કામનાઓથી પરિપૂર્ણ રાખવું. આ તો  
અંતઃકરણના નિમલત્વ વિષે ઉપદેશ થયો બહારનો વ્યવહાર  
રેત્ર કરવો જોઈએ તે વિષે એજ મંત્રનો ઉત્તરાર્થ જુઓ—

સવાસિનો માયાં પરિધાય મધ્યં વિવલમ્ ।

( મં. ૧ )

‘ બધા મળી એકજ રથાને ગદી કુશળતા ધારણ કરી  
રસનું પાન કરો. ’ આમાં નીચે આપેલા ઉપદેશોપક-  
શબ્દો મહત્તરપૂર્ણ છે—

૧ સ-વાસિનો— એકમ વારતલ્ય કરનારા, સરખા  
અધિકારે એકજ રથાને રહેનારા, ઉચ્ચ-નીચ ભેદ ન વધારતાં  
સમાન વિચારોથી એકમ રહેનારા, એક પ્રકારના આચાર  
વ્યવહારથી રહેનારા.

આ શબ્દ એકતાનું જળ પોતાના સમાજમાં વધારવાનો  
ઉપદેશ આપી રહ્યો છે. પરસ્પર દ્વેષ ન વધે, પણ એકતાનું  
મલ વર્ધે, આ ભાવ અર્થો આનમાં રાખવા જોઈએ.

૨ માયાં પરિધાય— માથાનો અર્થ કુશળતા એવો છે,  
હુમર, કળા, કમ કરવાની પ્રવિણતા વગેરે પ્રકારનો છે.  
આ શબ્દ કર્મશક્તિ અને શુદ્ધશક્તિ માટે સરખા  
અર્થમાં વપરાય છે. કુશળતાથી કામ કરવાની શુદ્ધિ અને  
ક્ષતિ ધારણ કરવાની ચેત્સુતા આ શબ્દ નડે મળે છે.  
દુનિયાનો વ્યવહાર કરવા માટે આવી કુશળતા અત્યંત  
આવશ્યક છે. કુશળતા વગર કામ કરનારો યશ એળવી  
શકતો નથી.

એકતાની સાથે, સમાજાવાવની સાથે રહેવાગ અને  
કુશળતાથી કામ વ્યવહાર કરનારા લોકો જ બોજરથી રસ-

પાન કરી આનંદ પ્રાપ્ત કરે છે. વાચોએ આ આશય  
મનમાં રાખો આ મંત્રનો વિચાર કરો બેધ પ્રાપ્ત કરવો.

સ્વધ્યા

મંત્ર ૭ માં ‘ સ્વધ્યા અગ્ર અને બલવતી છે, તેને ઉદ્ધિ  
જ્ઞાપેલી છે, તેનું સેવન કરી તેજસ્વી બની સો વર્ષ જીવતા  
રહે. ’ આ ઉપદેશ છે. આ સ્વધ્યા શું વસ્તુ છે, તેના વિચાર  
કરવો જોઈએ—

‘ સ્વધ્યા ’ પોતાની ધારણશક્તિનું નામ સ્વધ્યા છે.  
જે શક્તિના કારણે કરીરનાં વિવિધ અણુ એકત્રિત રહે છે,  
તેને સ્વધ્યાશક્તિ કહે છે. આ સ્વધ્યાશક્તિ જેટલી મનુષ્યમાં  
દેવ છે તેટલું જ તેનું જીવન હોય છે. કરીરની સ્વધ્યાશક્તિ  
જોણી થરા ઉપર ક્રાંત થતા મહત્તર થતી નથી. જ્યાં સુધી  
આ સ્વધ્યાશક્તિ કરીરમાં કામ કરે છે ત્યાં સુધી મનુષ્ય  
જીવન રહી શકે છે, વધી શકે છે અને વિજય પ્રાપ્ત કરી શકે  
છે, આ સ્વધ્યાશક્તિનું મહત્તર છે. તેના વધર જાતુ નિમિત્ત છે.  
માટે સાતમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ આ સ્વધ્યાશક્તિ અગ્ર  
છે. ’ એટલે આ જરા રહીન છે. તેના કારણે ( જરા )  
ધરણ્ય વહેલું આવતું નથી, ધરણ્યમાં પણ જીવાની રહે છે.  
આ સ્વધ્યા ( જર્યા ) બળ વધારનારી છે, તેની મદદથી  
મનુષ્ય ( છુલ્લચોઃ ) ઉત્તમ કાંતિવાળો, તેજસ્વી અને  
અમાનજાણી થાય છે અને ( જાનં જીવ ) સો વરસનું પૂર્ણ  
આરોગ્યસંપન્ન જીવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

માટે અહાયર્થાદિ કારા નિવર્તનું પ્રાપ્ત કરી તેમજ  
આત્મમંગલ સ્ફુર્તોમાં કહેલા ઉપદેશને અનુકૂલ આચરણ  
કરી મનુષ્ય પોતાની સ્વધ્યાશક્તિને વધારે અને મનુષ્યને  
પ્રાપ્ત થનારા અનેક કામલેષોમાં વિજય પ્રેમવે, તેમજ આ  
જીવનના ક્ષણ મંત્રમાં કહેલા ઉપદેશનુસાર, પોતાના અંતઃ-  
કરણને શુભ આનંદાઓથી શાંત અને મુક્તિર બનાવે અને  
આ લોકમાં અને ધારલોકમાં કૃતકૃત્ય બને. એજ—

‘ ના આચારો । ’

‘ અમારા ચારે આચારોઈ બને, ’ અને સર્વ નિર્વેરના  
અને શાંતિનું મોહું સામાન્ય થાય.

# દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

કાંડ ૨, સૂક્ત ૨૮

( ઋષિ:- ષમ્ભુઃ । દેવતા:- શરિમા, આયુઃ । )

તુર્યમેવ જરિમન્વર્ષતામયં મેમમન્યે મૃત્યવોં હિસિષુઃ શતં ચે ।

॥ ૧ ॥

માતેવં પુત્રં પ્રમના ઉપસ્થેં મિત્ર એનં મિત્રિયાત્પાત્વેદંસઃ

મિત્ર એનં વરુણો વા રિશાદાં જરામૃત્યું કણુતાં સંવિદાનૌ ।

॥ ૨ ॥

તદ્ગ્રિહૌતાં વૃણુનાં વિદ્વાન્ વિશ્વા દેવાનાં જર્નિમા વિવષિત

ત્વમૌશિપે પશ્નાં પાર્થિવાનાં ચે જાતા ઉત વા ચે જનિત્રાઃ ।

॥ ૩ ॥

મેમં પ્રાણો હાસીન્મો અપાનો મેમં મિત્રા વૈધિપુર્મો અમિત્રાઃ

દૌષ્ટાં પિતા પૃથિવી માતા જરામૃત્યું કણુતાં સંવિદાને ।

યથા જીવા અદિતેરુપસ્થેં પ્રાણાપાનામ્ચાં ગુપિતઃ શતં હિમાઃ

॥ ૪ ॥

અર્થ— હે ( જરિમન્ ) વૃદ્ધાવસ્થા ! ( તુર્યં એવ મયં વર્ષતામ્ ) તારા મારે જ આ મનુષ્ય વધે. ( હમં ચે અગ્ન્યે શતં મૃત્યવઃ ) એને જે આ સો અષષ્ટતુ છે તે ( મા હિસિષુઃ ) તેને મારી ન નાંખે. ( પ્ર-મનાઃ માતા પુત્રં ઉપસ્થેં દવ ) પ્રસન્ન મનરાગી માતા પુત્રને જેમ ખોળામાં લે છે તે જ પ્રકારે ( મિત્રઃ મિત્રિયાત્ વનસઃ વર્નં વાતુ ) મિત્ર મિત્રસંબંધી પાપથી એને બચાવે. [ ૧ ]

( મિત્રઃ રિશાદસઃ વરુણઃ વા ) મિત્ર અને શત્રુનાશક વરુણ ( સંવિદાનૌ વર્નં જરામૃત્યું કણુતાં ) મને મળી તેને વૃદ્ધાવસ્થા પછી મરનારો કરે. ( દૌષ્ટા વૃણુનાં વિદ્વાન્ અગ્નિઃ ) દાતા અને બધા ક્રમેને યથારત્ બંધુબંધુ અગ્નિ ( તત્ વિશ્વાં દેવાનાં જનિત્રા વિવષિતઃ ) તેને બધા દેવાના જન્મેને કહે છે. [ ૨ ]

( ચે જાતાઃ ઉત વા ચે જનિત્રાઃ ) જે જન્મેલા છે અને જે જન્મનારા છે તે ( પાર્થિવાનાં પશ્નાં ત્વં હંશિપે ) પૃથ્વી ઉપરના પ્રાણીઓનાં તું સ્વામી છે. ( હમં પ્રાણઃ મા, અપાનઃ ચ મા હાસીત્ ) એને પ્રાણ અને અપાન ન ઊડે, તેમજ ( મિત્રાઃ હમં મા વૈધિષુઃ ) મિત્ર એને ન મારે અને ( મા અમિત્રાઃ ) શત્રુ પણ ન મારે. [ ૩ ]

( દૌષ્ટાઃ પિતા પૃથિવી માતા સંવિદાને ) હો પિતા અને પૃથ્વી માતા મળી ( ત્વા જરામૃત્યું કણુતાં ) તને વૃદ્ધાવસ્થા પછી મરનારો કરે. ( યથા અદિતેઃ ઉપસ્થે ) જેથી માતૃશૂનિના ખોળામાં ( પ્રાણાપાનામ્ચાં ગુપિતઃ ) પ્રાણ અને અપાનથી સુરક્ષિત થઈ ( શતં હિમાઃ જીવાઃ ) સો વરસ સુધી જીવિત રહે. [ ૪ ]

બાવાર્થ— માણસ પશુ વૃદ્ધાવસ્થા સુધી દીર્ઘયુધી થાય વચમાં સેંકડો અષષ્ટતુ પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ એને ન મારી શકે જે પ્રમાણે માતા પોતાના વદાવા પુત્રને ખોળામાં લઈ પ્રેમથી તેને ઉછેરે છે, તે પ્રમાણે બધાના મિત્ર દેવો આ પુરુષને મિત્રસંબંધી પાપથી બચાવે ( ૧ )

શત્રુનાશક મિત્ર અને વરુણ મળી એને આતિ દીર્ઘજીવન સુધી કરે. બધું આકર્ષ્ય બંધુબંધુ તેજસ્વી દેવ એને બધી દેવતાઓનું જીવનચરિત્ર કહે ( ૨ )

હે ઇશ્વર ! તું પૃથ્વી ઉપરના જન્મેલા અને જન્મનારા બધા પ્રાણીઓને સ્વામી છે, તારી કૃપાથી પ્રાણ અને અપાન તેને વચમાં ન ઊડે તેમજ મિત્રેષી અથવા શત્રુઓથી તેનો વધ ન થાય ( ૩ )

સુપિતા સૂરજ અને માતૃશૂનિ આ બંને મળી એને આતિ દીર્ઘજીવન સુધી જીવિત રાખે. આ મનુષ્ય પોતાની માતૃશૂનિના ખોળામાં પ્રાણ અને અપાનથી સુરક્ષિત થઈ સો વરસના દીર્ઘજીવન સુધી જીવતા રહે. ( ૪ )

દુર્મયમ્ આયુષે વર્ષસે નય પ્રિયં રેતૌ વરુણ મિત્રરાજન્ ।

માતેર્વાસ્મા અદિતે શર્મે યચ્છ વિશ્વં દેવા જરદષ્ટિર્યાસન્

॥ ૫ ॥

અર્થ— દે ( યસે મિત્ર વરુણ રાજન્ ) અગ્ને અને મિત્ર તેમજ વરુણ રાજા ! ( પ્રિયં રેતૌ ) પ્રિય ભોમ અને વીર્યનું બળ આપી ( હમે માયુષે વર્ષસે નય ) એને દીર્ઘજીવન અને તેમની પ્રાપ્તિ માટે લઇ જા/હે ( અદિતે ) આદિશક્તિ ! તું ( માતા દુષ્ય અસ્મે શર્મે યચ્છ ) માતા સમાન તેને સુખ આપ. હે વિશ્વરેવે ! ( યથા જરદષ્ટિઃ અસન્ ) આ મહુસ પ્રદાવરણ સુધી જીવિત રહે એવી મદદ કરે. [ ૫ ]

આવાર્થ— હે અગ્નિ, વરુણ, મિત્ર રાજા ! તેને પ્રિય ભોમો અને વીર્યનું બળ આપી દીર્ઘજીવનથી સુખ તેજસ્વી જીવન પ્રાપ્ત કરાઓ આદિશક્તિ માતાની સમાન તેને સુખ આપે અને ખીલ જણા દેવો તેને એવું સદાચ દૈ કે તે સુખથી અતિદીર્ઘ આયુષ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે ( ૫ )

## દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

### દીર્ઘજીવનની મર્યાદા

‘ શતાયુ ’ શબ્દ દીર્ઘજીવનની મર્યાદા જતાને છે. આ સૂક્તના ૫ ૪ માં પણ ( શતેં હિમાઃ જીવાઃ ) ‘ સો વરસ સુધી જીવે ’ કહ્યું છે, તેથી સો વરસનું દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવું, આ સૂક્તનો ઉદ્દેશ્ય છે. નાની ઉમરના બાળકને આશુ આશીષ અપાય છે અને બધા મનથી છૂટે છે કે તે સો વર્ષ જીવિત રહે. તેમજ—

યે અયે શતેં મૃતવય, તે હમ મા હિંસિતુઃ । ( મં. ૧ )

‘ જે સો કડો અપમૃત્યુ છે તેઓ એને વચમાં જ ન મારે. ’ એટલે સો વરસ પહેલાં કોઇ અપમૃત્યુ તેનો નાશ ન કરી શકે. કશાંય કોઇ વખતે મૃત્યુ તેની પાસે આવી પણ શયો તો પણ તે સફળ ન થાય, એમ અહીં કહ્યું છે. કોઠાએ પોતે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે એવા દલમતી થતું અને ખાતુ, પીતુ, ભોજ, વ્યવહાર વગેરેમાં દક્ષતાથી નિયમોનું પાલન કરવું કે ભયી કરીને તે વચમાં જ મૃત્યુને વચ કાંદ ન થાય.

### સાધન

દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનું સાધન ચોથા મંત્રમાં સંક્ષેપમાં કહ્યું છે. જુઓ—

માળાવાનાઃપ્રવાં મુપિતાઃ શતેં હિમાઃ જીવાઃ । ( મં. ૪ )

‘ પ્રાણ અને અપાનથી રક્ષિત થકસો વરસ જીવતો રહે ’ આ મંત્રકામમાં દીર્ઘજીવનનું સાધન કહ્યું છે. જો તેની

વિચાર મનુષ્ય કરશે તો પ્રાણ તે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકશે. પ્રાણ અને અપાનથી પોતાની સુરક્ષિતતા પ્રાપ્ત કરવી જોઇએ. એટલે પ્રાણનું અને અપાનનું બળ પોતાનામાં વધારવું જોઇએ. કુંડીથી ઉપર પ્રાણનું અને નીચે અપાનનું શાશ્વ છે. આ જ સરીરમાં મિત્ર અને વરુણ છે. તેમનો ઉદ્દેશ્ય આ સૂક્તમાં બીજો ( મં. ૨ અને ૫ માં ) વાયુ જોઇ શકે છે. આજ એક સાધનથી મનુષ્ય દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

### તેમનું કાર્યકોટ

પ્રાણ અને ઉપદ્રાસરૂપ પ્રાણનું કાર્ય અમને પ્રત્યક્ષ દેખાય છે. પ્રાણમાનથી આ પ્રાણનું બળ વધે છે અને એમની જમી ક્રિયાઓ પણ સારી રીતે આકી કો છે. સામાન્ય ભાવો અને ઉત્તેજની પ્રાણવાય આ અનુશાન માટે પુરતો છે. અસા પ્રાણવાય મહેમણુ જેમ મસાવવામાં આવે છે તેમ ઝાપથી આસોપ્પ્રાસ કરવાથી થાય છે. આ બદ્ધ થોડો વાર માટે જ કરી શકાય વધારે સહેવાકષથી અને વધારે વાર કરાય છે તે પ્રાણવાય ઉત્તેજની છે. જે સ્વર સુકન અને શક્તિથી નાક વડે આસોપ્પ્રાસ કરવાથી થાય છે આસને! અવાજ થયો જોઇએ અને ઉપદ્રાસને પણ અવાજ થયે! જોઇએ, કમળ મુજબ કુંકરે કરવે! અથવા ન કરવે! આ બધો સહેલો અને સહેલાઈથી, વિના કષ્ટ અને કોઇ પણ વખતે કરી શકાય છે. તે સૌમ્ય હોવા છતાં આ કામ માટે બધો ઉપયોગી છે.

આ પ્રકારે પ્રાણુનું બળ વધારવાનું અનુશાન હોવાથી એનો પરિણામ અપાનરોગ ઉપર પણ થાય છે તેથી અપાનનું કાર્ય પણ ઉત્તમ રીતે થવા લાગે છે. અપાનનું કાર્ય મગજના વિસ્ફોગન અને પેટની અંદર ભરાએલા વાયુ નીચલા રસને નિકળી જવું વગેરે છે, જે એનાથી થાય છે. બીજા યોગસાધનો સુદા દાની સાધકોથી જાણવા મળે છે.

આ યોગનાથી પ્રાણ અને અપાનનું બળ વધારવાથી દીર્ઘ-જીવન પ્રાપ્ત કરવાનો હેતુ સિદ્ધ થઈ શકે છે. હિત, મિત, પૃથ્વિ ભોજન, સંયમવૃત્તિ, અહમ્યથા વગેરે જે ધર્મમાર્ગના સાધનો છે તે દરેક અવસ્થામાં આવશ્યક છે, તે સર્વ સાધારણ હોવાથી તેમને વિચાર અહીં કરવાની આવશ્યકતા નથી. પ્રાણ અપાનના બળથી પોતે પોતાને સુરક્ષિત કરવું આ એકજ અનુશાન અહીં આ કાર્ય માટે આ સૂત્રમાં બતાવ્યું છે અને તે યોગ્ય છે.

તે બને કાર્યો ઠીક પ્રકારે થવા લાગે, તો શૈશ્વશુદ્ધિ સંબંધમાં કોષ કલેષ થશે નહિ, બૂખ સારી લાગશે, છાતીમાં પણ કોષ કલેષ વગેરેની બાધા થાય નહિ આ મુજબ શરીરના બધા અવયવો કષ્ટ વગર થવા લાગે, એટલે સમજવું કે દીર્ઘ-જીવનની પ્રાપ્તિના રસ્તે આપણે જઈ રહ્યા છે. પણ જો તે કાર્યમાં કષ્ટ થવા લાગશે તો સમજવું કે આપણે સરળ રસ્તે જતા નથી આજ વાત ત્રીજા મંત્રમાં કહી છે—

इमं प्राणः मा हसिस्व, मा अपाण । ( મં. ૩ )

“ પ્રાણ અથવા અપાન તેને વચમાં ના, છોડી દે ” એટલે આ પ્રાણ સો વરસનું પૂણું જીવન જીવતો રહે અને આખર સુધી તેના શરીરમાં પ્રાણ અને અપાન પોતાનું કાર્ય સારી રીતે કરતા રહે જે વાયકો પોતાના આરોગ્ય વિશે વિચાર કરતા હશે તેમણે પોતાની અંદર પ્રાણ અને અપાનના કાર્યનો વિચાર કરવો જોઈએ. કારણ કે તેમના કાર્યો જો ઠીક ચાલતાં રહે તો જ શરીર સ્વાસ્થ્ય સાચું રહેશે.

સ્વાસ્થ્ય અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થવાની આ આવી છે. (પ્રાણાપાનાશ્ચાં ગુપિતઃ) પ્રાણ અને અપાન વડે જે સુરક્ષિત હોય છે, તે નિશ્વસથી સો વરસ જીવતો રહેશે. માટે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્તના લોકોએ પોતાના શરીરમાં તે બંનેનું બળ વધારવું.

વધ

પ્રાણ, અપાન બળવાન થયા અને શરીર સ્વાસ્થ્ય પણ

સાચું રહ્યું તો પણ વધ, કતલ, અકસ્માત વગેરે આપત્તિઓ છે જે વડે પ્રાણુઓને મૃત્યુ થઈ શકે છે. ધર્મયુદ્ધ વગેરે પ્રસંગો છોડી દઈએ, કારણ કે ત્યાં મજમરનું તો ધર્મ જ થાય છે. અન્ય વધ પણ ઓછા નથી. પણ તે દૂર કરવા મનુષ્યના હાથની વાત નથી. કેટલાક પ્રસંગોમાં પોતાની અંદર અહિંસા વધારવાથી અને બધે જ સમજાવે પ્રેમદષ્ટિ રાખવાથી, ધાતલ લોકોના મન સુધારી શકાય છે. પણ તે સિદ્ધિ યોગાનુશાનથી અને દીર્ઘ આત્મસંયમથી સાધ્ય થાય છે. તેથી બધાને જ તે પ્રાપ્ત થવી કહ્યું છે, તેથી સામાન્ય જનતાના લાભારે પરમેશ્વર પ્રાર્થના આજ એક સહેલું સાધન છે માટે ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે—

ઈશપ્રાર્થના

इमं मित्राः मा वधिषुः मा ममित्राः । ( મં. ૪ )

‘ હે ઇશ્વર! તારી કૃપાથી મિત્રો તેનો વધ ન કરે અને અમિત્ર પણ ન કરે. ’ ત્રીજો મંત્ર પરમેશ્વર પ્રાર્થના વિધિયક છે. ‘ જીત કવિષ્વકાંભના બધા પ્રાણીઓના એક કૃત્ર છે, બધાનું પાલન તે કરે છે, તેની કૃપાથી જ આ મનુષ્યનો વધ ન થાય અને તેનું આરોગ્ય પણ સાચું રહે, ’ આ ત્રીજા મંત્રનો હોય ઇશપ્રાર્થનાનું બળ પ્રાપ્ત કરવાની મુશ્કેલી આપે છે. બધા ચરોચર જગતનો પાલન કરનાર પરમાત્મા છે, તેની ભક્તિ કરવાથી જે શ્રદ્ધાનું બળ વધે છે તે અપૂર્વ છે, શ્રદ્ધાવાન મનુષ્યો તે બળને અનુભવ કરે છે. બધા ભાગે શ્રદ્ધા ભક્તિથી પરમાત્માની ભક્તિ કરનારા ઉપાસકો તંદુરસ્ત અને આરોગ્યસ પલ હોય છે એવો અનુભવ છે. માટે આ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્તિના સૂત્રમાં ( ઈશં ઈશિષે ) આ ત્રીજા મંત્ર દ્વારા જે ઇશભક્તિનો પાઠ આપ્યો છે તે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે અત્યંત આવશ્યક છે. વાયકોએ આ બળથી વર્ચિત ન રહેવું. આ બળ પ્રાપ્ત થવા પછી બીજા સાધનો લાભકારી થઈ શકે છે, પણ બળ ન હોય તો બીજાએ જે તેટલા સાધનો પાસે હોય તો પણ એટલો લાભ થઈ શકતો નથી. વાયકોએ આનો વિચાર કરી ઇશભક્તિનું બળ પોતાની અંદર વધારવું એથી બધાં વિધનો દૂર થઈ શકે છે.

દેવચરિત્ર અવણ

દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે વચન અથવા સાંભળવું, મનન કરવું તે દેવતાઓના ચરિત્રનું જ કરવું જોઈએ. દેવતાઓ સમાન સત્પુરુષોનું જીવનચરિત્ર સાંભળવું જોઈએ.



તેમના જ ગ્રંથનું વાચન કરતું જોઈએ અને તેમના ચરિત્રનું મનન કરતું જોઈએ.

આજકાલ નવલકથા-નવસિદ્ધિ વગેરે એવા અવિસલ અને બીજાસે પ્રસંગોથી ભરપૂર એવાં પુસ્તકો પ્રસિદ્ધ થાય છે કે જેમના વાચનથી વાચનાર્થીમાં રાગ દુઃખ વધે છે વીર્યવ્રજ થાય છે, યત્નચર્ચાનો ભંગ થાય છે અને બીજા અનેક જાનની આપત્તિઓ વધે છે. એવાં પુસ્તકો આજકાલ વધી રહ્યાં છે. આપણા તેમજ પાશ્વર દેશમાં દીનતોક આ લેખન અવસ્થામાં પડવાથી દીનદરજાનું સાદિત્વ પ્રમત્ત થાય છે. તેથી બધા પ્રકારની ક્ષાંતિ યદ્ય રહી છે, તેનાથી બચવાના ઉદ્દેશથી આ યુક્તિમાં બીજા મતમાં ચેતવણી આપી છે. જુઓ—

ઘણુનામિ વિદ્યાન્ હોતા અગ્નિઃ ।

તત્ત્વિશ્વા દેવાનાં જનિમા ધિવક્તિઃ ॥ ( મં. ૨ )

‘બધા કોમને યથાવત્ જાણનાર દાતા અગ્નિની જેમ તેજસ્વી ઉપદેશક બધા દેવાનાં જીવનચરિત્ર તેને સંભળાવે.’ આ મંત્ર કેટલીક દૃષ્ટિથી મનન કરવા યોગ્ય છે. તેમાં બધાથી પહેલાં ઉપદેશકના પૃથ્વી કળા છે, ઉપદેશક દાતા એટલેા ઉદાર મનવાળો હોય, પોતાના સર્વસ્વનું (હોતા) દહન કરનારો હોય. (અગ્નિ) આ અગ્નિની જેમ તેજસ્વી અને (ઘણુ-નામિ વિદ્યાન્) કંત્રવ્ય અને અકાંત્રવ્યને યથાવત્ જાણનાર હોય. આ પ્રકારે પ્રથમ ઉપદેશક લોકોનો આગ્રહણ થાય, લોકોને ધર્માચરણનો ઉપદેશ કરે અને લોકોને (દેવાનાં જનિમાનિ) દેવતાઓનાં ચરિત્ર સંભળાવે. દેવોએ પોતાના જીવનમાં કેવાં યુક્તકર્મો કર્યાં, કેવી રીતે પરોપકારના કામો કર્યાં, જનતાનો ઉદાર કેવી રીતે કર્યો વગેરે બધી જાનતો લોકોને સમજાવે. રાક્ષસો અને પિશાચોના ચરિત્ર વાચવાં ન જોઈએ, પણ દેવાનાં દિવ્ય ચરિત્ર પોતાની સાથે રાખવાં જોઈએ. દેવોનું જીવન આદર્શ હોય છે. રાક્ષસો અને પિશાચો, દુર્ત, દુષ્ટતા, દગ, દુષ્ટતાઓનું ચરિત્ર તે ન સંભળવા જેવું હોય છે. આ ઉચ્ચ જીવન મનુષ્ય પોતાની સાથે આદર્શ માટે રાખે તો તેના જીવનમાં સુધારા થશે અને તેનું જીવન વધશે. જીવન વધારવા આ એક ઉત્તમ સાધન છે. લોકોએ રામચંદ્રજીના જીવનનો આદર્શ લેવો. રાવણના જીવનનો લેવો નહિ. કાલ નવસિદ્ધિ વગેરે પુસ્તકો માનવી અંતરને બગાડી રહી છે, તેમનાથી બચીને રહેવાની સૂચના અહીં વેદે આપી છે. તેનું પાલન નેટલું વધારે થશે તેટલું સાહકારક થશે

આજકાલ જે ચરિત્રો મળે છે તે પશુ મનના ચિકાર વધારનારા મળે છે. સંપત્તિ ક્ષીણતા વધારનારા ચરિત્ર મંથે ઓછા છે, તેથી સારા મંથોનું વાચન આ એક આજે દુઃસાધ્ય વાત થઈ છે. જ્યાં પશુ નસિઓની કુપાથી રામાયણ, મદાભારત મંથો તેમજ બીજા નસિ પ્રણીત ચરિત્રો છે, તેમના મનનથી બળો લાભ થઈ શકે છે. જે લોકો આ વાત અમલમાં લેવા માને છે તેમણે સ્વચરિત્ર અને શ્રેષ્ઠ મંથનમાંથી કરવા અથવા કરાવવા કે જેમના પદનથી આગામી સંતાન સુધારશે અને સરળ માર્ગે આસરશે. આ મંત્રભાગમાં ‘દિવ્યચરિત્રોનું અવલુ અને મનન’ આ એક સાધન કીર્ણપુષ્પ પ્રાપ્તિ માટે કહ્યું છે તે અત્યંત આવશ્યક છે. માટે જેઓ દીર્ઘજીવ પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે તેમણે આવા ચરિત્રોનું મનન કરવું.

પાપથી બચાવ

દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે પાપથી બચવું જોઈએ. પાપથી પતન લાભ છે અને રાગ વગેરે વધવાથી જીવનક્ષીણ બને છે. માટે આ સૂક્તના પહેલાં મંત્રમાં જ પાપથી બચીને રહેવાની સૂચના આપી છે, જુઓ—

મિત્ર વનં મિત્રિવાલ્લં હૃદયઃ પાતુઃ । ( મં. ૧ )

‘મિત્ર આ મનુષ્યને મિત્ર વિષયક પાપથી બચાવે.’ જનુષ્ઠભધે ચનારે પાપથી તો બચવું જ જોઈએ. કેટલાક લોકો મનમાં એમ માને છે કે મિત્ર માટે, મિત્રનું કલ્યાણ સાધવા માટે, કંઈ પણ સાધન-વસ્તુ કરવામાં આવે તો તે દાનિકારક નથી. પણ જે પાપ છે તે દાનિકારક માટે પાપ જ હોય છે, તે અને તેના માટે કરવામાં આવે, ભયરે પાપચરણ થશે ત્યારે તેનો પરિણામ જે અપકાપાલ છે તે જરૂર ભોગવવો પડશે. માટે જે મનુષ્ય દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે તેણે પોતે પોતાને પાપથી બચાવવું જોઈએ. મિત્રે પોતાના મિત્રને પાપ કર્મ કરવાથી રોકવું અને તેને સીધે રસ્તે ચાલવા સલાહ આપવી. માણસે પોતે પણ ચિકાર કરી બચવું કે પાપકર્મથી જરૂર પતન થાય છે, માટે દરેક માણસ પોતાનો જ મિત્ર બને, પોતે પોતાને ખરેખર માર્ગથી બચાવવું. મનુષ્ય પોતે જ પોતાનો મિત્ર અને ઘટ્ટ બને છે. માટે કહિ એવું કામ ન કરવું કે જેથી પોતે પોતાનો સન્નિજની વ્યર્થ તાત્પર્ય એ છે કે જે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવું હોય તો પોતે પોતાને પાપથી બચાવવું. પાપકર્મ કરી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવું અશક્ય છે.

બોગ અને પરાક્રમ

મનુષ્યને બોગ જોઈએ અને પરાક્રમ પણ કરવો જોઈએ.

પણ બોગ પુણ્ય બોગનાથી રોગ વધે છે અને વીર્યનો સમય કરવાથી જ આરોગ્યપૂર્ણ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. મનુષ્યને બોગ પ્રિય લાગે છે અને બોગોમાં પોતાના વીર્યનો નાશ કરવો સામાન્ય માણસ માટે એક સહેલી વાત હોય છે તેથી તેનું યોગ્ય પ્રમાણ હોવું જોઈએ, આ વાત ધ્યાનમાં મેળવી ૨૫૪ કહી છે. જુઓ—

દેવોની મદદ

૧ મિત્રાન્દિશાદસો ઘરુણઃ સંવિદાનો જરામૃત્યું  
કૃણુતા । ( મ ૨ )

૨ પ્રૌષ્ઠતા ધૃષિયો માતા સ્વિદાને ત્વાજરા  
મૃત્યું કૃણુતા । ( મ ૪ )

૩ અદિતે માતા દય ધર્મ યચ્છ । ( મ ૫ )

૪ વિશ્વે દેવોઃ જરદદિઃ યપા મસત્ । ( મ ૫ )

‘મિત્ર અને મૃત્યુનો ત્રાસ કરન ૨ વચ્ચે બને મળી તેની આંખ દીર્ઘ કરે છતાં અને આત્મભૂમિ મળી તેનું જીવન દીર્ઘ બનાવે હે અવિનાશી આદિદેવતા ! તું માતાની જેમ સુખ આપ હે મહાદેવ ! આને પૂર્ણજીવનનાં જીવિત્વ કહે.’

અહીં મિત્ર, વરુણ સૂર્ય, ઇન્દ્રી, આદિતિ અને મીન બધા દેવો તેનું જીવન દીર્ઘ કરવામાં સહાયક થાય, એવી પ્રાર્થના કરેલી છે તેથી ૨૫૪ થાય છે કે દીર્ઘજીવન ઇચ્છનારા માણસે આ દેવો સાથે અવિરોધી વર્તન કરવું જોઈએ જો તેમની અનુકૂલતાથી આપુણ્યની વૃદ્ધિ થવાની છે, તો તેમની જોડે વિરોધ કરવો યોગ્ય નથી આ વાત ૨૫૪ થઈ સૂરજ પોતાના પ્રકાશ વડે બધે જ પ્રકાશ કરે છે અને અમને દીર્ઘજીવન આપે છે, પણ સૂરજ પ્રકાશથી દૂર રહેવું નહિ, નહિ તો તે અમને નુકસાન દેવી રીતે પહોંચાડશે । વરુણદેવ સમુદ્રનો દેવ છે, સમુદ્ર બધા વરસાદનું બધા સામાન્ય જલ તેના જ જીવનસાગર છે. જો મનુષ્ય આ પાણીથી પોતાની સ્વચ્છતા કરે અથવા બીજી રીતે લાલ લીલાં વેગે તો જ જલદીન વરુણથી લાલ થશે આત્મભૂમિની યોગ્ય ઉપાસના કરવાથી જે સ્વાતંત્ર્ય પ્રાપ્ત થાય છે તેથી માણસ કાયંક્ષમ અને દીર્ઘકાળ જીવિત રહી શકે । આ પ્રકારે બીજા દેવોના પણ સ બધા છે તેના વિચાર વાચકોએ કરવો અને જેથી લાભ પ્રાપ્ત કરી દીર્ઘજીવી બનવું

## તેજસ્વિતા, બળ અને દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ

કાંડ ૧, સૂકત ૧૫

( ત્રિપિ - અથર્વા - દેવતાઃ - હિરણ્ય દન્વામી, વિષ્ણુદેવા । )

યદાર્ધન્દનાસાયણા હિરણ્યં ચુતાનીકાય સુમનસ્યમાનાઃ ।

તત્તે વચ્નામ્યાયુર્ધે વર્ષસે વલોય દીર્ઘાયુસ્વાયં શંતશારદાય

॥ ૧ ॥

અર્થ — ( સુમનસ્યમાના - દાક્ષાયણા ) મુશ મનવાળા અને બળની વૃદ્ધિ કરનારા એક પુરુષો ( શાંત ચનીકાય ) બળનાં સે કંઠો વિભાગના સંચાલન માટે ( યત્ હિરણ્ય અર્ધન્દ ) જે સોનું બંધિતા રહ્યા, ( તત્ ) તે સોનું ( આયુર્ધે વર્ષસે ) જીવન, તેજ, ( વલોય ) બળ અને ( શંતશારદાય દીર્ઘાયુસ્વાય ) સે વરસના દીર્ઘજીવન માટે ( તે વચ્નામિ ) તારા ઉપર બંધિ છે [ ૧ ]

૧૩ [ અથર્વા ૪ ]

નેનં રક્ષાંસિ ન વિગ્રાચાઃ સંદન્તે દેવાનામોલ્લઃ પ્રથમજં ક્ષુદ્રેત્ત ।

યો વિમર્તિ દાક્ષાણં હિરણ્યં સ જીવેષુ કણુતે વીર્ધિમાયુઃ

॥ ૨ ॥

અપાં જેજો જ્યોતિરોજો પલં ચ વત્સ્પતીનામુત વીર્યાંણિ ।

ઇન્દ્રે શ્વેન્દ્રિયાણ્યધિ ધારયામો અસિન્તદર્શમાણો વિમરદ્વિરણ્યમ્

॥ ૩ ॥

સમાનાં માસામૃતમિદ્ધા વયં સૈવત્સરસ્ય વયસા વિપર્મિ ।

ઇન્દ્રાદ્યો વિશ્વે દેવાસ્તેજુન્ મન્યન્તામહૈનીયમાનાઃ

॥ ૪ ॥

અર્થ— ( ન રક્ષાંસિ, ન વિગ્રાચાઃ ) ન રક્ષાસ કે ન પિસાય ( વર્તે સહન્તે ) આ પુરુષોઃ કુમરોઃ સદન કરી શકે છે ( હિ ) કારણ કે ( વત્સવ દેવાનાં વયમજં ઓજા ) આ દેવાથી પહેલાં ઉત્પન્ન થયેલું સામર્થ્ય છે. ( ચ દાક્ષાણં હિરણ્યં વિમર્તિ ) એ માણસ દાક્ષાણ સુત્રું ધારણ કરે છે ( સ જીવેષુ વીર્ધિ માયુ કણુતે ) તે શ્વેત્રામાં પોતાનું દીર્ઘશ્વન બનાવે છે. [ ૨ ]

( મપાં જેજો, જ્યોતિઃ ઓજા યલે ચ ) પશુનું તેજ, ક્રાંતિ, પરાક્રમ અને બળ ( ઉત ) તેમજ ( વત્સ્પતીનાં વીર્યાંણિ ) ઔષધિઓના બધાં વીર્યોં ( અસિન્ત અર્થે ધારયામો ) આ પુરુષમાં ધારણ કરાવીએ છીએ, ( ઇન્દ્રે શ્વેન્દ્રિયાણિ ) એમ આત્મામાં છદ્ધિઓ ધારણ થાય છે તે જ પ્રકારે ( દર્શમાણઃ હિરણ્ય વિમરદ્ ) બધાં વધારવાની ઇચ્છા કરનારાઓ સોનું ધારણ કરવું. [ ૩ ]

( સમાનાં માસાં ક્રતુમિ ) સમ મહિનાના ક્રતુઓ દ્વારા ( સંવત્સરસ્ય વયસા ) વર્ષાર્ધી ગાળના કૃષ્ણી ( સ્વા વયં વિપર્મિ ) તને બધે બધા પૂર્ણ કરીએ છીએ. ( ઇન્દ્રાદ્યો ) છઠ્ઠ અને ગ્રમિ, ( વિશ્વે દેવાઃ ) તેમજ બધા દેવો. ( સ-દુષ્ટીયમાનાઃ ) સંકેતકર્તા વગર ( તે જનુ મન્યન્તામ ) તારા અનુભવને કરે [ ૪ ]

કથાર્થ— બધા વધારનાર અને મનમાં શુભ વિચારોને ધારણ કરનારા એક મહાત્મા પુત્ર સેના સંવાવના સરીર ઉપર મલરુદ્ધિ મટે જે સોનાના આભૂષણો લગાવે છે, તે જ આભૂષણો હું તારા સરીર ઉપર લગાવું છું' એવી વાત જ્ઞાન સુધરે, તે જ વધે બળ તેમજ સામર્થ્ય' નથી અને સૌ વર્ષનું પૂર્ણજ્ઞાન વને પ્રાપ્ત થાય. ( ૧ )

આ આભૂષણો ધારણ કરનારા વીરપુરુષના કુમરોને ન તે રક્ષાસ કે ન તે પિસાય સદન કરી શકે, તેઓ તેના કુમરવાથી ધમરાઈને દૂર નાસ્તી ભય છે કારણ કે તે દેવાથી નિર્ભયે પ્રથમ ક્રતુજ્ઞ બને છે તેનું નામ દાક્ષાણ્ય એટલે બધા વધારનાર સુવર્ણનું આભૂષણ છે તેને ધારણ કરે છે તે મનુષ્યોમાં બધાથી વધારે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરે છે ( ૨ )

અને બધા આ પુરુષમાં જીવનનું તેજ, પરાક્રમ, સામર્થ્ય અને બળ ધારણ કરીએ છીએ, અને સાથે સાથે ઔષધિઓથી તારા પ્રકારના વીર્યશાલી બન પલ ધારણ કરાવીએ છીએ જે પ્રશસ્તિ છન્દમાં એટલે આત્મામાં છન્દિયતક્રિયા રહે છે, તે જ પ્રકારે આ સુવર્ણનું આભૂષણ ધારણ કરનારાની અંદર બધા પ્રકારના બળો રહે છે, તે જહાર પ્રવદ્ થાય ( ૩ )

મે મહિનાની એક ક્રતુ થાય છે પ્રત્યેક ક્રતુની શક્તિ વેગથી દોલે છે, માને સંવત્સરોથી ગાળનું કૃષ્ણ સ વત્સરની છ ક્રતુઓમાં નિયોજિત દોલ છે આ કૃષ્ણ માણસે પીડ અને બળવાન થવું તેની અનુકૂળતા છન્દ, ગ્રમિ તેમજ બધા દેવો કરે ( ૪ )

## તેજસ્વિતા, બળ અને દીર્ઘજીવનની 'સાંપ્રિ'

દાક્ષાણ્ય હિરણ્ય

હિરણ્ય શબ્દનો અર્થ સુવર્ણ અથવા સોનું છે, તે પરિ રુદ્ધ અવસ્થામાં જલવર્ધક છે. તે પેટમાં લેવાય છે અને સરીર પર પલ ધારણ કરાય છે થી પારદાયાયં હિરણ્યના એ અર્થ આપે છે, 'હિતરમણીય, હૃદયરમણીય'

એટલે સુવર્ણ હિતકારક, અને રણાઆમણું તેમજ હરણી સુદરતા વધારનાર દોષ છે, સોનું બળવર્ધક તેમજ રામ-તાલક છે માટે આરોગ્ય છન્દનારાઓએ તેનો ઉપયોગ કરવો.

આ સક્રતમાં 'દાક્ષાણ્ય' શબ્દ ( દર્શન-મયન )

એટલે બળના માટે અત્યંત કરનારો એ અર્થમાં યોજાશે છે

પ્રથમ મત્રમાં આ શબ્દ મનુષ્યનું વિશેષણ છે, બીજા મત્રમાં સુવર્ણનું વિશેષણ છે ત્રીજા મત્રમાં તે જ અર્થનો 'દક્ષ-માણ' શબ્દ છે જે શક્તિમાન એવા અર્થમાં છે વાચકો વિચાર કરશે તો તેઓ જ નિષ્પન્ન કરી શકશે કે 'દાક્ષાયણ અને દક્ષમાણ' આ બંને શબ્દો લગભગ શક્તિમાનના વાચક છે દક્ષ શબ્દ વેદોમાં બલવાચક પ્રસિદ્ધ છે આ પ્રકારે આ સૂક્તમાં બલ વધારવાનો જે માર્ગ બતાવ્યો છે, તેમાં સૌથી પહેલો દિવસ ધારણનો છે દિવસ ધારણ બે પ્રકારે થઈ શકે છે, એક તો આશ્વર્ણ્ય રૂપમાં શરીર ઉપર ધારણ કરવું અને બીજું સુવર્ણ શરીરમાં સેવન કરવું સૌનું આવની રીત વૈદ્ય પ્રયોગ પ્રસિદ્ધ છે બીજી બધી ધાતુઓ અંતે ઔષધિઓ સેવન કર્યા પછી શરીરમાં રહેતી નથી પણ સોનાની જ એ વિશેષતા છે કે તે શરીરમાં ગયા પછી હાડકાના સાંધાઓમાં રિયર રૂપે રહે છે અને અરણ્ય સુધી સાથ આપે છે આ પ્રકારે સુવર્ણ ધારણ કરવાથી બનેલ રોગોમાંથી મુક્તિ મળે છે આ પ્રકારે ધારણ અથવા સેવન કરેલું બધું જ સોનું શ્રુતદેહ બન્યા પછી રાખમાંથી જેવું ને તેવું મળી આવે છે એટલે જો કોઈ મનુષ્ય એક તોલો સોનું વૈદ્યકીય રીતે સેવન કરે તો તે એક તોલો સોનું તેના શ્રુતશરીરને બાળ્યા પછી તેના સબધીઓને તે શરીરની રાખમાંથી મળી શકે છે આ પ્રકારે કશું તુકસાન ન કરનાર આ સોનું બળ અને આરોગ્ય આપે છે

જે વૈદ્ય આ સુવર્ણ ધારણ કરવાની પ્રિધિ જાણે છે તેનું નામ 'દાક્ષાયણ' પ્રથમ મત્રમાં કહ્યું છે આ પ્રકારનું શુદ્ધ કરાયેલું સોનું બનવું જોઈએ હોવાથી તેનું નામ પણ 'દાક્ષાયણ' છે, આ વાન બીજા મત્રમાં કહી છે જે માણસ આ પ્રમાણે સુવર્ણ ધારણ વિધિથી પોતાનું જીવન વધારવા ઇચ્છે છે, તેનું પણ નામ વેદ ત્રીજા મત્રમાં 'દક્ષ-માણ' એમ કહ્યું છે આ પ્રકારે આ સૂક્ત બલ વધારવાની વાત સરથી અત સુધી કહી રહ્યું છે.

### દાક્ષાયણી વિદ્યા

બલ વધારવાની વિદ્યાનું નામ દાક્ષાયણી વિદ્યા છે (દક્ષ+અયન) બળ પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગનો ઉપદેશ આ વિદ્યામાં હોય છે, આ વિદ્યામાં મનની સાથે વિશેષ સબધ રહે છે (સુમનસ્યમાના) ઉત્તમ મનથી યુક્ત એટલે મનની વિશેષ શક્તિથી સબળ કમળોરીની ભાવનાથી મન નિર્બળ

બને છે અને સામર્થ્યની ભાવનાથી મન બલશાલી થાય છે મનની શક્તિ વધારવાની જે વિદ્યા છે તે વડે મન સારા નિયમોથી યુક્ત કરનારા શ્રેષ્ઠ પુરુષોને 'સુમનસ્યમાના: 'દાક્ષાયણા' આ શબ્દો વડે વેદમાં ઓળખાવ્યા છે વાચકોએ પોતાના મનની અવસ્થા જોડે પોતાની શક્તિને સબધ જોડે અને આ શબ્દો વડે જે સુમનસ્ય મનશાની સૂચના મળે છે, તે મદ્ય કરી આ પ્રકારની ખાનસિક ધારણાથી પોતાનું બળ વધારવું

### સુવર્ણ ધારણ

જે કે પહેલા મત્રમાં રજૂ કરી ઉપર સુવર્ણ ધારણ કરવાનું વિધાન છે તો છતાં હવે પછી પેટમાં વીર્યવધન અને રક્ત પીવાનો ઉપદેશ આ સૂક્તમાં આવનાર છે સોનું અને બીજા કેટલાક રત્નો છે જે ધારણ કરવાથી પણ બલવધન તેમજ આરોગ્યરક્ષણ થઈ શકે છે આ વાત સ્પષ્ટિકરણ ચિકિત્સા તેમજ વલ્લ્યચિકિત્સા જોડે સબધ રાખનારી છે એટલે સોનું, રત્નો વગેરે ધારણ કરવું પણ શરીર માટે આરોગ્યકર છે એલધિ-વનરપનિના બા-મળના મજાકા બનવાને શરીર ઉપર ધારણ કરવાથી પણ આરોગ્યના દૃષ્ટિએ ધણે લાભ થાય છે સદર્શજન્ય રોગોમાં વચા-મધિ ધારણ કરવાથી ધણે લાભ થાય છે તેજ વાત સુવર્ણ, રત્ન વગેરે ધારણ કરવાથી થાય છે પણ તે માટે શુદ્ધ સોનું જોઈએ

તે વિષે પ્રથમ મત્રમાં કહ્યું છે કે- 'બળ વધારવાની વિદ્યા જાણનારા અને ઉત્તમ મન શક્તિથી શ્રેષ્ઠ પુરુષા દ્વારા શરીર ઉપર પહેરેલું સોનું જીવન, તેજ, બળ તેમજ દાંધ' જીવન પણ આપે છે.' આમાં શરીર ઉપર સોનું ચઢાવનારા મનુષ્યોની ઉત્તમ મનોભાવના પણ સાહાયાક થાય છે એવું સૂચિત કહ્યું છે, તે મનન કરવા લાયક છે

આ મત્રમાં 'શતાનોકાય દિવસ્ય વચનામિ' નો અર્થ- 'સૈન્ય વિજાજના સચાલકના શરીર ઉપર સોનું પહેરાવું છું, એવો કથો છે, પરંતુ તેમાં એક વધુ ગૂઢતા છે તે એ કે 'અનોક' શબ્દ બળ વાચક છે બળ શબ્દ સૈન્ય વાચક છે અને બળ વાચક પણ છે, વિશેષતા 'અનોક' શબ્દમાં 'અન-પ્રાણને' ધાતુ છે જે જીવનશક્તિ વાચક પ્રસિદ્ધ છે તેથી જીવનશક્તિનો અર્થ પણ 'અનોક' શબ્દમાં છે એવો અર્થ લેવાથી 'શતાનોક' શબ્દનો

અર્થ 'સો-શ્વનશક્તિ અથવા સો શ્વનશક્તિથી મુક્ત, ' એવો થાય છે એવો બાવ લેવાથી તે મંત્રનો અર્થ એવો થશે —

શતાનીકાય દિરણ્ય યજ્ઞામિ ॥ (૫ ૧)

'સો શ્વનશક્તિઓની પ્રાપ્તિ માટે હું સોનું ધારણ કરું' હું 'સોનાની બદલે સે કરો વીધ' છે, તે બધાની પ્રાપ્તિ માટે હું તેને ધારણ કરું છું આ આશય ઉપરના મંત્ર બાગનો છે આ પ્રથમ મંત્રમાં તેમાંથી કેટલાક શબ્દો પણ કલા છે—

માપુરે । ઘર્ષસે । લલાયા । લીર્ણયુત્થાય ।  
શતશારદાય ।

'શ્વન, તેજ, મન, દીર્ઘશ્વન સો વરસનું શ્વન' વગેરે સહ શ્વનશક્તિના સ્વરૂપ છે તેમાંથી થોડીક શક્તિ ઓ બહો ગણવી છે તેથી તેની જ 'ખીછ પણ ધણી એજ' જાનની શ્વન શક્તિઓ છે, 'એવું અનુમાન વાચ્યો કરી શકો છે તેમની પ્રાપ્તિ કરવી અને પોતાનામાં તેમની શક્તિ કરવી એવો ત્રૈવિક્રમનો ઉદ્દેશ છે, આ વિચારથી ખબર પડે છે કે આદી 'શતાનીકાય સમ્પન્ને અર્થ' શ્વનના સો વીધ, શ્વનની સમગ્ર શક્તિઓ 'એવો જ છે' ને કે એવો અર્થ અને મંત્રનો અર્થ લખાની વેળા કર્યો નથી તે પણ તેવો અર્થ અમને બહો જણાય છે માટે પ્રસિદ્ધ અર્થ ઉપર આપો બહો આ અર્થ લીધો છે વાચક તેનો વધુ વિચાર કરે

આ પ્રકારે પ્રથમ મંત્રનું મનન કર્યા પછી આ પ્રકારનો એક મંત્ર થોડા પાઠોથી પાછું લેઈ આવ્યો છે તે વાચકોના વિચાર માટે બહો આવ્યો છે—

યદાયધ્ન-દાક્ષાયણા દિરણ્ય શતાનીકાય  
સુમનસ્યમાના । તમ આયજ્ઞામિ શતશાર  
વાવાયુમાઞ્જરદર્ષિધાસમ્ ॥ (૧૫ યજુ ૪૪૫૨)

'ઉત્તમ મનના દાક્ષાયણ સોડા શતાનીકાના માટે ને સોનું જાણ બાધ ॥ ૨૭, (તત્) તે સોનાનું ધરણું (મે આયજ્ઞામિ) હું પોતાના શરીર ઉપર બાધ છું એટલા માટે કે હું (વાયુમાન્) ઉત્તમ શ્વનથી મુક્ત અને (જરદર્ષિ) ૧૬૫૨૪ના અનુવાદ કરનારો મંત્ર (યદા શતશારદાય માસ) ને પ્રકારે સો વરસનું પૂણું દીર્ઘ શ્વનને પ્રાપ્ત થાય'

આનું કમ વધારે વિચાર કરાની આવશ્યકતા નથી કારણ પહેલા કહેલો બાવાય જ આ મંત્રમાં ખીછ રીતે અને ખીખ સમ્પન્નો વ્યક્ત થયો છે આ મંત્રનો ખીખે અર્થ પણ મિત્ર છે પ્રથમાર્થ' તે છે તેવો ને તેવો જ છે, બીઠ પ્રથમ મંત્રનું વિવરણ પૂરું થયું હવે બીજા મંત્રનો વિચાર કરીશું—

રાક્ષસ અને પિશાચ

નરમાંસ લક્ષણ કરનારા રાક્ષસ હોય છે અને રક્ત પીનારા પિશાચ હોય છે, એ ગણથી દૂર હોવાના કારણે બધા લોકો એમનાથી ડરે છે પણ ને પહેલાં કલા મુજબ 'સુવર્ણ' ધારણ કરવાનો પ્રયોગ કરે છે તેના હમસો તે રાક્ષસ અને પિશાચ કરવાનો સહન કરી શકતા નથી 'એટલી શક્તિ આ સુવર્ણ' પણ પ્રયોગથી મનુષ્યને પ્રાપ્ત થાય છે. સોનામાં એટલી ધારણ પ્રયોગથી મનુષ્યને પ્રાપ્ત થાય છે. સોનામાં એટલી શક્તિ છે, કારણ કે તે 'દેવોનું પહેલું ઝોજ' છે 'એટલે સ પૂણું' દેવાની અનેક શક્તિઓ એમાં સમાવિત થએલી છે માટે બીજા મંત્રના ઉત્તરાર્થમાં કહ્યું છે કે જે આ બળવર્ધક સોનું શરીરમાં ધારણ કરે છે તે 'બધા પ્રણીઓ કરતાં વધારે દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરે છે' 'એટલે આ સુવર્ણ' પ્રયોગથી શરીરનું બળ પણ વધે છે અને દીર્ઘ આયુષ્ય પ્રાપ્ત થાય છે આ દ્વિતીય મંત્રનો બાવ એક પ્રકારે પહેલા મંત્રનું સ્પષ્ટીકરણ છે માટે તેનું એટલું મનન પુરતું છે બાજ મંત્ર પણ લેઈ લેવાનું મુજબ છે—

ન તદ્રક્ષાસિ ન પિશાચાસ્તરન્તિ દેવાનામોજ  
પ્રથમસ્ય શેતત્ ॥ યો વિશંતિં લાક્ષાયણ દિરણ્ય  
સ દેવેષુ જુષ્ણતે લીર્ણમાયુઃ સ મનુષ્યેષુ જુષ્ણતે  
લીર્ણમાયુઃ ॥ (૧૫ યજુ ૪૪૫૨)

આ દેવાથી નિર્મળ થએલું પહેલું તેજ છે, તેથી રાક્ષસ અથવા પિશાચ પણ તેને પાર કરી શકતા નથી ને લાક્ષાયણ સુવર્ણ ધારણ કરે છે, તે દેવોમાં દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરે છે અને મનુષ્યોમાં પણ દીર્ઘ આયુષ્ય પ્રાપ્ત કરે છે

આ મંત્રના દ્વિતિયાર્થમાં થોડો ફેર છે અને ને અર્થને વેદના પાઠમાં જોવેલું જુષ્ણતે લીર્ણમાયુઃ 'એટલું જ સંપૂર્ણ, ત્યાં ઉપરના મંત્રમાં 'દેવેષુ અને મનુષ્યેષુ' એટલા સમ્પન્નો વધારે છે 'જોવેલું' સંપન્નો જ આ 'દેવેષુ મનુષ્યેષુ' વગેરે કહ્યો વડે અર્થ થયો છે આ પ્રકારે ખીછ લખા

સહિતાઓના પાઠભેદ જોવાથી નિશ્ચય અર્થ  
કરનામાં ઘણી મોટી મદદ થાય છે

અહીં સુધી બે મન્ત્રોનું મનન થયું આ  
બે મન્ત્રોમાં શરીર ઉપર સોનું ધારણ કરવા-  
નો ઉપદેશ છે, દબે પછી બીજા બે મન્ત્રોમાં  
જળ, વનસ્પતિ તેમજ પ્રાણીજાતિના પશુ  
ઉત્પન્ન થનારા અન્ય પદાર્થોનું આ તર્જાણ  
સેવન કરવાની મહત્ત્વપૂર્ણ વિદ્યા અપાય છે  
તેનું વાચકે વિશેષ ધ્યાનથી મનન કરવું

ત્રીજા મન્ત્રમાં કહ્યું છે, જળ અને  
ઔષધિઓના તેજ, કાંતિ, સ્થિતિ, બળ અને  
વીર્યવર્ધકરણોને અમે એવાં પારણ કરીએ  
છીએ કે માત્ર આત્મામાં પ્રતિબિંબ થયેલો  
પારણ થઈ છે ' આ પ્રકારે બળ વધારવાની  
કળા કરનારા મનુષ્યે સોનું પણ ધારણ કરવું

પાણીમાં અનેક ઔષધિયુગ્મ છે, તે વાત  
જળ સૂક્તમાં વર્ણન કરાયેલી છે તે સૂક્ત  
વાચકે અહીં જોડે ઔષધિઓની અદર  
વીર્યવર્ધક રસ હોય છે તેથી વૈદ્ય ઔષધિ  
પ્રયોગ કરે છે, અથર્વવેદમાં પણ આ વાત  
આવે જ છે જે પ્રકારે જળ આતર્જાણ  
પરિત્રાના કરી બળ વગેરે યુગ્મોની જાદી કરે  
છે, તે જ પ્રકારે અનેક પ્રકારની વીર્યવર્ધક  
ઔષધિઓ, પરજ, દિન, મિન, અભ જાદુશુ-  
પૂર્વક સેવન કરવાથી માણસ બળ પ્રાપ્ત  
કરી દીર્ઘજીવન પણ મેળવે છે સુવર્ણના  
સેવનથી અથવા સુવર્ણદિ ધાતુઓના સેવનથી આ પ્રકારે  
લાભ થાય છે, તેનું વૈદ્યશાસ્ત્રમાં નામ ' રસપ્રયોગ ' છે  
આ રસપ્રયોગ સારા વેદના ઉપદેશ મુજબ કરવો જોઈએ  
અહીં યજુર્વેદનો આ પ્રકારનો જ મન્ત્ર જુઓ—

સુવર્ણનાં શુણ્ણ

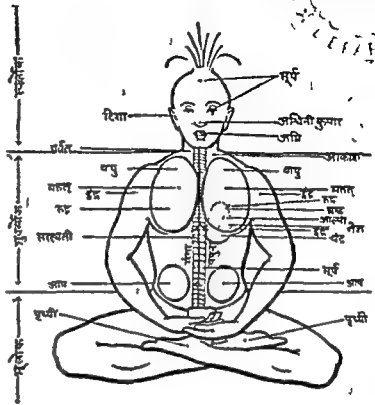
માયુષ્યં વર્ચસ્વં રાયસ્પોયમીન્દ્રિદમ્ ।

હદ હિરણ્ય વર્ચસ્વજૈત્રાયાવિશતાદુ મામ્ ॥

( વા ય ડ્રાપ૦ )

( ' આયુષ્ય ' ) દીર્ઘજીવન કરનાર, ( વર્ચસ્વ ) કાંતિ  
વધારનાર, ( રાયસ્પોય ) શોભા અને પ્રગટિ વધારનાર,  
( મીન્દ્રિદ ) ખાણમાંથી ઉત્પન્ન થનાર અથવા ઉપર  
ઉત્તાર, ( વર્ચસ્વત્ ) તેજ વધારનાર ( જૈત્રાય ) વિજય

મનુષ્યના શરીરમાં સુવર્ણના અર્થ



જગતમાં જે અમિ વગેરે દેવો છે તેમના આ શરીરમાં છે તેમના  
સ્થાનો આ ચિત્રમાં બતાવ્યા છે, તેના મનનથી નજીક થાય છે કે બાહ્ય  
જગતના અમિ વગેરે દેવોની સહકારિતાની સાથે શરીર સ્વાસ્થ્યનો કેટલો  
ધનિક સંબંધ છે

માટે, ( હદ હિરણ્ય ) આ સોનું ( માત્ર આવિશતાત્ )  
એ અથવા મારા શરીરમાં પ્રવેશ કરે

સુવર્ણનું સેવન

આ મન્ત્ર સોનાના અનેક યુગ્મો બતાવે છે એટલા  
યુગ્મોની જાદી કરવા માટે આ સુવર્ણ મનુષ્યના શરીરમાં  
પ્રવેશ થાય, એવી ક્ષમ્પ આ મન્ત્ર રચે છે, એટલે પરિ-  
શુદ્ધ સોનાના સેવનથી આ યુગ્મોની શરીરમાં જાદી થઈ શકે  
છે આ મન્ત્રમાં ' હિરણ્ય આવિશતાત્ ' એવા શબ્દો  
' સોનું શરીરમાં ધુસી જવું ' એવો ભાવ બતાવે છે  
એટલે આ કેવળ શરીર પર ધારણ કરવાનું જ નહિ પણ બીજા  
ઔષધિરસોની જેમ તેનું અદર પણ સેવન કરવું, શરીર  
ઉપર સોનું ધારણ કરવું અને સોનું અદર સેવન કરવું, આ

ખને રીને માણસ ઉપર હદેલાં પ્રજો વધારી દીર્ઘાંશવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે એવે એથા મત મુજબ—

### કાળી કામધેનુનું દૂધ

આ એથા મતમાં કહ્યું છે કે ' કાલરૂપી સવત્સરનું દૂધ ( કાળી કામધેનુનું દૂધ ) નસ્ટ્યો દ્વારા મળે છે, તે નડે મનુષ્યની પ્રજ્ઞતા કરીએ બીએ. આ કામધેનું દૂધ, અગ્નિ, વિષ્વેદેવો વગેરે ખાધા પૃથ્વીતાથી અનુકૂલ રહે '.

સ વત્સર, વર્ષ અથવા કાલ આ એક કામધેનુ છે કાલ વિષયક આ ગાય દોવાથી તેને કાળી ગાય કહે છે, માણસને પ્રતિષ્ઠા હજી, અનાજ વગેરે પદાર્થો અનુકૂળોની અનુકૂળ આપી તે મનુષ્ય પ્રજ્ઞાઓની પુષ્ટિ કરે છે તેથી તેને કામધેનુ કહ્યું છે સ વત્સર પ્રત્યેક અનુકૂળોની અનુકૂલ નાના પ્રકારના ફળ અને ફૂલ આપે છે, તેથી વેદોમાં સ વત્સરને પિતા યજુ કહ્યો છે અને બીઠાં મધુર દૂધ આપનારી કામધેનુ કહ્યું છે રેક અનુકૂળમાં કોષ ને કોષ હજી ફૂલ અનાજ વગેરે મળે છે, એજ આ ગાયનું દૂધ છે આ દૂધ પ્રત્યેક અનુકૂળમાં આ સ વત્સરરૂપી ગાયથી નિયોવીને મનુષ્યાદિ પ્રાણીઓને આપે છે, એવો અદ્ભુત અલ કાર આ મતમાં જતાઓ છે. વાચકો બધાં આ કાવ્યપૂર્ણ અલ કારનો આસ્વાદ લે

પ્રત્યેક માસ અનુ અથવા કાળમાં જે જે ફળ ફૂલો ઉત્પન્ન થાય છે, તેમનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવાથી મનુષ્યનું જીવ, તેજ, વીર્ય, આયુષ્ય વગેરે વધી શકે છે એવો આ મતનો આશય દરેકે મનન કરવા એવો છે. માણસ પોતાના પુરુષાર્થ અને પ્રયત્ન વડે અનુકૂળો અનુસાર ફળ ફૂલ, ખાન્ય વગેરે અધિક નિર્મિશ્ય કરી અને તેના ઉપયોગથી પોતે લાભ લે અને બીજાઓને લાભ પહોંચાડે

પહેલા, મતમાં ' ( સર્વો ઘનસ્વતોર્જાં ચ વીર્યાણિ ) જળ અને વનસ્પતિઓનું વીર્ય ' ધારણ કરવાનો જે ઉપદેશ આપાયો છે તેનું રચદીકરણ આ એથા મતમાં કહ્યું છે જે અનુકૂળો જે જળ અથવા જે વનસ્પતિ ઉત્તમ વીર્યવાન પ્રાપ્ત થવાનો સંભવ છે, તે અનુકૂળો તેના સમઠ કરી તેનું સેવન

કરવું જોઈએ અને તે પ્રકારે આયુ, જળ, તેજ, ધર્મ, શક્તિ, વીર્ય વગેરે મુજ પોતાનામાં વધારવા જોઈએ

આ વેદનો ઉપદેશ મનન અને આચરણ કરવા યોગ્ય છે, એટલે ઉપદેશ ક્યાં પછી જળ અને દોરો નિર્વાય, નિરતેજ, નિર્જળ રહેશે અને વીર્યશાળી બનવાનો પ્રયત્ન નહિ કરે તો તે મનુષ્યનો જ દેશ છે વાચકોએ આ રથને વિચાર કરી નિમિત્ત કરવું કે વેદના ઉપદેશનું આચરણ કરવાનો તેઓ રૂઠેસ પ્રયત્ન કરે છે જે વૈદિકપર્મા દોષો પોતાના વૈદિક મર્મના ઉપદેશને આચરણમાં નથી લેતા તેઓએ વહેલી તકે તેવો પ્રયત્ન કરી તે દિશાએ યોગ્ય સુધારો અવરમ કરી પોતાની ઉત્તતિનું સાધન કરવું

આ મતના ઉત્તરાર્થનો અર્થ મનન કરવા એવો છે ' ઉદ્ધ અગ્નિ વગેરે જમ્બી દેવતાઓ તેને અનુકૂળતા થી સહાય કરે ' અગ્નિ વગેરે દેવતાઓની મદદ વગર કયો માણસ કેવી રીતે ઉત્તતિ પ્રાપ્ત કરી શકવાનો હતો? અગ્નિ અમારો ખેરાક થયે છે, પાણી અમારી તરસ પુરી કરે છે, પૃથ્વી અમને આધાર આપે છે, વીજળી બધાને ચેતના આપે છે, વાયુ બધાને પ્રાણ બની પ્રાણીઓને ધારણ કરે છે, સૂર્યજેવ બધાને જીવનશક્તિ પુરો પાડે છે અદ્ભુત પોતાના કિરણો વડે વનસ્પતિઓનું પોષણ કરવાથી અમારો સહાયક બને છે, તેજ પ્રકારે બીજા બધા દેવો અમારો સહાયક થઈ રહ્યા છે તેમના પ્રતિનિધિ અમારા કરીમાં રહે છે અને તેઓ દ્વારા આ બધા દેવો પોતપોતાના જીવનમાં અમારી પામે પહોંચાડે છે આ વિષે આ પહેલાં થઈ લખાઈ ચુકે છે તેથી અહીં અધિક વિચાર કરવાની કોઈ આરંભતા નથી

એટલા વિવરણથી આ વાત વાચકોના મનમાં આવી ગઈ હશે કે અગ્નિ વગેરે દેવતાઓની સહાયતા આપજોને કંઈ રીતે થઈ રહી છે અને જો દેવતાઓની મદદ વધારામાં વધારે પ્રાપ્ત કરવાનો અને તેથી વધારામાં વધારે લાભ સેવાની નિધિની જાણ થઈ જાય તે માણસનો મોટો લાભ થઈ શકે છે વાચકો તેનો વિચાર કરી પોતાનું જીવન, આરોગ્ય, જળ અને વીર્ય વધારી દુનિયામાં જશ્વરતી થશે

# આયુષ્ય-વર્ધન-સૂક્ત

કાંડ ૧, સૂક્ત ૩૦

( ઋષિ- અપર્વા આયુષ્યઋષિઃ । દેવતા- વિશે દેવા । )

વિષ્ણે દેવા વસંતો રક્ષતેમમૃતાદિત્યા જાગૃત યુયમસ્મિન્ ।

મેમં સનાંભિરુત ચાન્યનામિમેમં પ્રાપ્ત્ વૃષોષો વૃષો યઃ

॥ ૧ ॥

યે વૌ દેવાઃ પિતરો યે ચં પુત્રાઃ સર્વેતસો મે શૃણુતેદમુક્તમ્ ।

સર્વેમ્યો યઃ પરિં દદામ્યેતે સ્વસ્ત્યેનિં જરસેં વહાય

॥ ૨ ॥

યે દેવા દિવિ ઇ યે પૃથિવ્યાં યે અન્તરિક્ષે ઓષધીષુ પશુપ્ત્વંજનઃ ।

તે કૃણુત જરસમાપુરસે શૃતમન્યાન્પરિં વૃણક્તુ મૃત્યુન્

॥ ૩ ॥

યેર્ષાં પ્રયાજાઃ હુત વાનુયાજાં હુતમાગા અહુતાદ્ય દેવાઃ ।

યેર્ષાં ઘઃ પશ્વ પ્રદિશો વિમંકતાસ્તાન્વૌ અસ્મે સંજસદાઃ કૃણોમિ

॥ ૪ ॥

અર્થ— હે ( વિષ્ણુ દેવા ) બધા દેવા ! હે ( વસંત ) વસુદેવા ! ( હમ રક્ષત ) આનું રક્ષણ કરો, ( હત ) અને હે ( આદિત્યા ) આદિત્ય દેવા ! ( યુયં અસ્મિન્ જાગૃત ) તમે એનામા ભગૃત રહો, ( હમે ) આ પુરુષને ( સનામિ ) પોતાના બાંધનું ( હત ઘા ) અથવા ( અન્ય-નામિ ) બીજા બાંધનું ( ઘઘા મા પ્રાપ્ત ) વધારાક શબ્દ પ્રાપ્ત ન કરે, પ્રહાર ન કરે તેમજ ( ય વૃષોષય ઘઘા ) ને પુરુષ પ્રત્યક્ષી યનારો ધાતપાત છે તે પશુ ( હમ મા પ્રાપ્ત ) એને પ્રાપ્ત ન કરે. [ ૧ ]

॥ હે ( દેવા ) દેવા ! ( યે ઘા પિતરઃ ) ને આપના વડિલો છે તેમજ ( ચ યે પુત્રાઃ ) ને પુત્રો છે તે બધા ( સ-ચેતસઃ ) સારવાન યથ ( મે હર્વં ઉર્કઃ શૃણુત ) મારૂં આ કહેવું સાંભળે ( સર્વેમ્યો ય પરિં દદામિ ) તમારા બધાની દેખરેખ હેઠળ એને સોપુ છું, ( યન જરસે સસ્તિ વહાય ) તેને જહારરથા સુધી સુખેથી પહોંચાડી ઘો [ ૨ ]

( યે દેવાઃ દિવિ સ્વ ) ને દેવા દુરોક્ષા છે, ( યે પૃથિવ્યાં, યે અન્તરિક્ષે ) ને પૃથ્વીમાં અને ને અતરિક્ષમાં અને ને ( ઓષધીષુ પશુપુ અન્તુ અન્તઃ ) આપધિ, પશુ અને પાણીની અંદર છે, ( તે અસ્મે જરસં આયુઃ કૃણુત ) તે એના માટે વૃદ્ધારરથાવાળી આયુ કરે આ પુરુષ ( શતે અન્યાન્ મૃત્યુન્ પરિવૃણક્તુ ) બીજા સે કંડો અપમૃત્યુ ને કંગવે [ ૩ ]

( યેર્ષાં ) તમારા પૈર્ષો ને ( પ્રયાજા ) વિશેષ હવન કરનારા છે, ( હત વા અનુયાજા ) અથવા અનુકૂળ યજન કરનારા તેમજ ( હુત-માગાઃ અહુતાદ્ય ચ દેવા ) હવનમા બ્રાહ્મ સખનારા અને હવન કરેલું ન ખાનારા ને દેવા છે, ( યેર્ષાં ઘઃ પશ્વ પ્રદિશઃ વિમંકા ) ને આપની પાંચ દિશાઓ વિભક્ત કરાએલી છે, ( તાન્ ઘઃ ) એવા તમને ( અસ્મે ) આ પુરુષના દીર્ઘજીવન માટે ( સન્ન-સ્વઃ કૃણોમિ ) સદૃશ બનાવુ છું [ ૪ ]

ભાવાર્થ— હે બધા દેવા ! હે વસુ દેવા ! મનુષ્યનું રક્ષણ કરો હે આદિત્ય દેવા ! તમે મનુષ્યમા ભગૃત રહો મનુષ્યને તેના બાઈ અથવા બીજા કંઈ સંબંધબધી અથવા મનુષ્યેના હાથે મૃત્યુ ન થાય ( ૧ )

હે દેવા ! ને તમારા પિતા અને પુત્રો છે તે બધા મારૂં કહેવું સાંભળે મનુષ્યને પૂર્ણજીવન સુધી લઇ જવું એ તમારા અધીનું છે તેથી મનુષ્યને દીર્ઘજીવન આપો ( ૨ )

ને દેવા દુરોક્ષ, અતરિક્ષ, બૃહલ્લ, ઔષધ, પશુ, પાણી વગેરેમાં છે, તે બધા મળી મનુષ્યનું જીવન દીર્ઘ કરે તમારી મદદથી મનુષ્ય સેકંડા અપમૃત્યુમાથી બચે ( ૩ )

વિશેષ યજન કરનારા, અનુકૂળ યજન કરનારા, હવનનો શ્વય લેનાર તેમજ હવન કરેલું ન ખાનારા, ને દેવા છે અને નેએમ્ને પાંચ દિશાએઃ તુડી પાંચી છે, તે બધા દેવા તમે મનુષ્યનું જીવન વધારનાર સંબંધના સંબંધકો અને મનુષ્યનું જીવન દીર્ઘ બનાવવા મદદ કરો ( ૪ )



## આયુષ્ય-વર્ધન-સૂક્ત

જીવનનું સ વર્ધન

મનુષ્ય જીવન ૩૫૫ પૃષ્ઠ હેતુ જોઈએ એટલું જ નહિ પણ તે દીર્ઘ થતુ જોઈએ ૫૫૫ જીવનની મર્યાદા ૧૨૦ વરસની છે, તેથી ઝોઝો ૧૦૮ વરસની અને તેથી ઝોઝો ૧૦૦ વરસની છે સો વરસની મર્યાદા તો ફરકને પ્રાપ્ત થવી જોઈએ પણ તેના પ્રયત્નો તેથી થે વધુ આયુષ્ય પ્રાપ્ત કરવાના હોવા જોઈએ તેનો સૂચક મ ત્ર આ છે—

મૂલશ્વ શરદા શતાત્ ૧ (૫જીવેદ ૩૬૧૪)

• સો વરસથી પણ વધારે આયુષ્ય પ્રાપ્ત થાવ ૧૨૦ વરસ કરતાં જેટલી આયુ વધારે હશે તેને દીર્ઘ અથવા અતિદીર્ઘ એમ કહી શકાય એટલે અતિદીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરવાની પુરુષાર્થ કરવો નૈદિકધર્મને અનુકૂલ છે આ દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્તિની વૈદિકરીત આ સૂક્તમાં બતાવી છે તેથી ધાર્મિક આ સૂક્તનો વિચાર કરવો અને જે જે સૂક્તો આ વિષય સાથે સંબંધ રાખનારા છે તે બધાનો નિવાર આની સાથે કરવો

સામાજિક નિર્દોષતા

દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ માટે સમાજમાં- સામાજિક તેમજ રાષ્ટ્રીય દૃષ્ટિમાં તેમજ ધાર્મિક અને બીજી દૃષ્ટિઓમાં નિર્દોષતા રહેવી આવશ્યક છે નિર્દોષતા-સુરક્ષિતતા ન રહે તો માણસ દીર્ઘજીવન ભેગવી શકે નહિ સમાજમાં કોઈ એક બીજા ઉપર હુમલો કરનારો ન હોવા જોઈએ, એવો સમાજ બનવો જોઈએ રાજનૈતિક કારણથી, ધર્મના નામે અથવા કોઈ બીજા નિમિત્તે કાયદો પોતાના હાથમાં લઈ એક બીજા ઉપર હુમલો કરવો એ કોપરને વૈરાગ્ય નથી એવું બતાવવા માટે પ્રથમ મ ત્રનો ઉત્તરાર્થ છે, તેનો આશય એવો છે—

• આ મનુષ્યનો વધ કોઈ સંજ્ઞાતીય, બીજી જાતીનો અથવા બીજો કોઈ મનુષ્ય કોઈ સંજ્ઞાનથી ન કરે ( ૩ ૧ )

આ વેદનો ઉપદેશ મનુષ્ય માત્ર માટે છે, દરેક માણસ આ વાત ખ્યાનમાં રાખે અને પોતાના આચરણમાં હાજરનો પ્રયાસ કરે • હું કોઈની વધ ન કરું, કોઈ બીજાની કિ સાંકું કરીશ નહિ, હું અહિ સાદૃશિતનું આચરણ કરીશ • એની પ્રતિજ્ઞા દરેક માણસ કરે અને તદનુકૂલ આચરણ કરે

આ મ ત્રમાં જે શક્તિ વર્ધન કરેલી છે તે દરેક મનુષ્ય માત્રમાં વિચર રહેવી જોઈએ આ પાથો છે અને આજ સદિમાં શક્તિ ઉપર દીર્ઘજીવનનું મ દિર ઉભું છે આનાં સુધી મનુષ્યમાં દિ સકલશક્તિ રહેશે ત્યાં સુધી તેની આયુ દીર્ઘ બની શકતી નથી ધોતપાન કરવાની શક્તિ, દોષની કહેર, બીજાનો ખૂન કરવાની કૃત્ય, બીજાને દગ્ગાવી પોતાની ધનસ્વમિતિ વધારવાની અભિલાષ આનાં સુધી રહેશે ત્યાં સુધી મનુષ્યની આયુ ફીણ થતી જશે માટે વધ કરવાની શક્તિ આપણા સમાજમાં થઈ રહેવાનો પ્રયાત્ર મનુષ્યને પહેલાં કરવો જોઈએ

૧. દેવોના આધીન આયુષ્ય

મનુષ્ય સમાજ જેટલો અહિ સાદૃશિતવાળો હશે તેટલી તેની જીવનમર્યાદા સંખ્યા છે આવાત જેટલી સિદ્ધ થશે તેટલી સિદ્ધ કરી આશરોના આર્ગ આ કમણ કરવો જોઈએ. આશરો નો આર્ગ એવો છે— ' પોતાનું જીવન દેવોના આધીન છે, દેવો આશરું રક્ષણ કરી રહ્યા છે, ' આ કાવ મનમાં ધારણ કરવો જોઈએ એવી સૂચના પ્રથમ મ ત્રના પૂર્વાર્ધમાં આપી છે તેનો આશય એમ છે—

• હે બધા વંશુદેવો! મનુષ્યનું રક્ષણ કરો હે બધા અદિત્યો! મનુષ્યમાં જામતી રહો. ( ૩ ૧ )

આ મ ત્રમાં પણ જે કાગ છે, રહેલા ભાગમાં વંશુદેવોનો રક્ષક શક્તિઓ જોડે સંબંધ બતાવ્યો છે અને બીજા ભાગ માં અદિત્ય દેવોને મનુષ્યની આશર, મનુષ્યદેહમાં ભગ્ન રહેવાની સૂચના આપી છે આ બંને આર્મોનો દીર્ઘજીવન કરવા માટે અવશ્યક આચરણ છે હવે તેમને સમજાવવા—

• સર્વ પહેલાં માણસે એવો વિચાર મનમાં ધારણ કરવો કે બધા દેવો આરું રક્ષણ કરી રહ્યા છે પરબ્રહ્મ-પરમાત્મા-પરમેશ્વર-સર્વેશ્વર સર્વસમર્થ બ્રહ્મ આરું રક્ષણ કરી રહ્યો છે અને તેના અધીનતામાં સુધારી બધા દેવતાઓ કે મેદા આરું રક્ષણ કરી રહ્યા છે હું પરમાત્માનો અત્યંત પુત્ર છું, તેથી આરો પરમપિતા પરમાત્મા આરું રક્ષણ કરતો હતાં કરે છે અને કાવિત્યમાં પણ કરશે જ પરમાત્માના આધીન બીજા બધા દેવો હોવાના કારણે તે પશુ બધા તે પરમાત્માના પુત્રનું રક્ષણ અવશ્ય કરશે જ

આ પ્રકારે બધા દેવો આરું સ રક્ષણ કરે છે, તેથી હું

નિર્ભય છું. આવો વિચાર મનની અંદર દહ કરી મનમાં જે જે ચિંતાના વિચાર આવશે તે દૂર કરવા જોઈએ અને વિશ્વાસ થી મનની એવી દહ અવસ્થા બનાવવી જોઈએ, કે જેથી ચિંતાના વિચાર જ મનમાં પેતા ન થાય અને ચિંતારહિત નિર્ભય થવાના જાત આનંદની વૃત્તિઓ સાથે મનમાં રહે. દીર્ઘજીવન માટે આ પ્રકારે પરમાત્મા તેમજ બીજા દેવોની સંરક્ષક શક્તિ ઉપર પોતાનો પૂર્ણ વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ નહિ તો દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થવું અશક્ય જ છે.

કેટલાક વાચકોને શંકા થશે કે બીજા દેવો અમારું સંરક્ષણ કેવી રીતે કરે છે? આ વિષે આ પહેલાં કેટલાક કેસો ઉલ્લેખ આવી ગયો છે. તો પણ દુઃખમાં આવી પજ તેનો વિચાર કરીએ. વાચક જાણે છે કે પ્રથમ મંત્રમાં 'ઘસુ' દેવોનો ઉલ્લેખ છે, તે બધા જગતના નિવાસક દેવો હોવાના કારણે જ તેમને 'ઘસુ' કહે છે બધાના જે નિવાસક હોય છે તે બધાનું રક્ષણ અવરખ કરી શકે.

બધા મનુષ્યોના પરમવશુ પરમાત્મા છે કારણ કે તે જેમ બધા જગતને રક્ષાવે છે, સર્વ પ્રકારે જગતના બધા સંરક્ષક દેવોને પણ વસાવે છે ત્યાર પછી પૃથ્વી, આપ, અગ્નિ, વાયુ, આકાશ, સૂર્ય, ચંદ્ર નક્ષત્ર આ અષ્ટવશુ છે એમ કહેવાય છે. ભૂમિ, જલ, અગ્નિ, વાયુ આકાશ, સૂર્ય વગેરેની સાથે અમારા જીવનના ક્ષણેક્ષણનો સંબંધ છે, તેમાંથી એકાદનો સંબંધ પણ છૂટી જશે તો અમારો નાશ થશે એટલું મદરખ તેમનું છે. તે કારણે તેમના રક્ષણમાં માણસ સદા સવંકાળ રહે છે, એમ ઉપરના મંત્રમાં કહ્યું છે. તેથી રક્ષક થાય છે કે મનુષ્યનું રક્ષણ આ દેવોના કારણે થઈ રહ્યું છે અને તે પણ નિઃપક્ષપાતપણે થઈ રહ્યું છે. આ દેવો કદિ કોઈના પક્ષપાત કરતા નથી. સૂરજ બધા ઉપર એક સરખો જ પ્રકાશી છે. વાયુ બધા માટે એક સરખો જ વહે છે, પૃથ્વી બધાને સમાનતાથી આધાર આપે છે. આ પ્રકારે આ બધા દેવો કેવળ બધાનું રક્ષણ કરે છે એટલું જ નહિ પણ બધાની સાથે નિઃપક્ષપાતપણે વર્તાવ કરી રહ્યા છે.

અમારા જીવન સાથે તેમના સંબંધ એટલો ધનિષ્ઠ છે કે તેમની વગર અમારું જીવન અશક્ય છે વાયુ વગર પ્રાણ ધારણ કેવી રીતે થશે? સૂરજ વગર જીવન જ અસંભવિત છે વગેરે પ્રકાર વાચકો જાણે અને મનમાં નિશ્ચયપૂર્વક આ વાત ધારણ કરે કે પરમાત્માના નિયમોના આધીન રહી આ બધા દેવો અમારું રક્ષણ કરે છે.

અમે શું કરીએ છીએ?

બધા દેવો તો અમારું રક્ષણ કરી જ રહ્યા છે, પણ અમે શું કરી રહ્યા છે? અમે તેમના રક્ષણ હેતુ રહેવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છીએ કે તે મર્વાઈ પડાવી બહાર જવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છીએ? તેનો વિચાર વાચકોએ કરવો જોઈએ. પરમાત્મા અને દેવોના રક્ષણમાંથી આપણે કેવી રીતે બહાર જઈએ છીએ તે જાણો- પરમાત્મા ઉપર જેનો ભરોસો હોતો નથી તે પરમાત્માના રક્ષણકક્ષાની બહાર જાય છે. દયાળુ પરમાત્મા જ્યાં પહોં તેમનું રક્ષણ કરતો રહે છે એ તેની અપાર દયા છે, પરંતુ એવા અવિશ્વાસી લોકો તેની અપાર દયાનો સાબુ લુપ્ત કરી નથી. અવિશ્વાસના કારણે એટલી સારી આપણે, તે કેવી બીજા કોઈ કારણથી થતી નથી, દીર્ઘાયુ પ્રાપ્તિ માટે આજ કારણે મનમાં પરમાત્મા વિશે દરવિશ્વાસ રાખવો જોઈએ.

ત્યાર પછી સૂરજ પોતાના પ્રકાશથી બધાને જીવનાશ્રુત આપી બધાનું રક્ષણ કરી રહ્યો છે, પણ માણસ સૂર્ય પ્રકાશથી દૂર રહે છે, સાંકડી ગલીઓમાં, અધારાથી પરિપૂર્ણ એવા સાંકડા મકાનોમાં રહે છે, આખો દિવસ ધરમાં પુરાઈ રહી પોતે પોતાને સૂર્યદેવની સંરક્ષક શક્તિથી વંચિત રાખે છે એવાઓ માટે હજારો કિરણોવાળો સૂરજ કેવ શું કરી શકે? આજ પ્રકારે વાયુ અને જલ વગેરે દેવોના વિષે સમજવું યોગ્ય છે આ દેવો તો બધાનું રક્ષણ કરી રહ્યા છે જ, માણસે પોતે પણ પોતાને તેમના ઉત્તમ રક્ષણથી દૂર ન કરવું. બની શકે ત્યાં સુધી પ્રપત્ન વડે પોતે પોતાને તેમના રક્ષણમાં વધારેમાં વધારે રાખવું.

બધા દેવો મનુષ્યમાત્રનું રક્ષણ કમ પ્રકારે કરે છે અને મનુષ્ય પોતે પોતાને તેમના રક્ષણથી કેવી રીતે દૂર રાખે છે અને તે કારણે પોતાનું કેટલું બધું તુકસાન પોતે જ કરી લે છે તે વાચકોના ધ્યાનમાં ઉપરના વિવેચનથી આગળ હશે જ.

આદિત્ય દેવોની જાગૃતી

આ પ્રથમ મંત્રમાં દીર્ઘજીવન વર્ધક એક મહત્વની વાત કહી છે તે એ કે - 'હે આદિત્ય દેવો! આ માણસમાં જન્મ્યું રહ્યો.' મનુષ્યની અંદર આદિત્યના કારણે જે બધી જીવનશક્તિ આવી રહી છે આ જીવનશક્તિ જેમ મનુષ્યોમાં કાયં કરે છે, તે જ પ્રકારે આખા જગતમાં પણ કાયં કરે છે, આજ શક્તિથી આખું જગત ચાલી રહ્યું છે. પણ અહીં અમને ફક્ત મનુષ્યનો જ વિચાર કરવાનો છે આ આદિત્યશક્તિ

મનુષ્યના માયામાં, નેત્રમાં અને પેટમાં રહે છે માયામાં મનુષ્યને દ્રવ્યવાને છે, પેટમાં પાચનકેન્દ્રને આશના આપે છે અને દષ્ટિમાં નેત્રોનાં વ્યાપાર કરાવે છે. આશથી કાષ્ટ પશુ આદિત્યશક્તિ થતે તો માણસનું શ્રવન થતી જાય છે. માયાનું મનુષ્યને આદિત્યશક્તિથી દોન જની મધુ નો આખા શરીરની ચેતના જતી રહે છે પેટનું પાચનકેન્દ્ર આદિત્યશક્તિ રહિત થાય તો પાચનક્રિયા આસરી નહિ. નેત્ર આદિત્યશક્તિની દૂર થાય તો કશું દેખાશે જ નહિ. માણસ અધ જની જરી અને તેના બધા બ્યવહારો જ દ પડી એટલું મદદર આ આદિત્યશક્તિનું મનુષ્યના અધરા પ્રાણીના શરીરમાં છે ખરે વેદમાં કહ્યું છે—

સૂર્ય આરમા જગત્સ્તદનુષ્યસ્ય । (મુ.વેદ ૧.૧૨૫૧૨)

‘આ આદિત્ય સૂર્ય જ રથાર જગત જગતનો આત્મા છે. ‘વાયકોએ આ મનનો આશ્રય જ્ઞાનમાં રાખવો અને પોતાની આશરની આદિત્યશક્તિ ક્રમેશઃ જન્યુત રાખવા અનુશાન કરવું સૂર્યેન્દ્રને વ્યાયામ અને સૂર્યભેદી પ્રાણાયામ વડે પેટના રથાનમાં રહેનારી આદિત્યશક્તિ જન્યુત થાય છે. જ્ઞાન પ્રારણા વડે મધ્વિકની આદિત્યશક્તિ વધે છે અને ત્રાટક વગેરે અબ્યાસથી નેત્રની આદિત્યશક્તિ જન્યુત થાય છે. આ પ્રારે યોગાભ્યાસ વડે પોતાના આશરની આદિત્યશક્તિ જન્યુત અને જગત્પુરુષ કરવાથી માણસ દીર્ઘશ્રવન થઈ શકે છે

આ પહેલાં મનનો ઉપદેશ જો વાચકો જ્ઞાનમાં ધરશે અને આ ઉપદેશનું મોઝ્ય અનુક્રમ કરશે તો તેમનું શ્રવન વધી જશે તેમાં કાષ્ટ જન્યુતી સ્વપ્નનથી ‘સમાજમાં નિર્ભયતા પરમેશ્વર ઉપર હર્ષનિધા, વાયુ, જલ, સૂરજ વગેરે દેવતાઓ જોડે વધારે સંબંધ કરવો અને પોતાની આશર આદિત્ય-શક્તિઓની જન્યુત કરવી. ‘આ હુ કમા દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરવાનો રસ્તો છે

આ માર્ગનું યોગ્ય સ્વપ્નક્રિયાઓ વળીયા ન જાયો છો તે દવે જુઓ—

દેવોના પિતા અને પુત્ર

આ આપ્યુષ્યવર્ષન સકલના બીજા મનમાં કહ્યું છે કે, ‘હે દેવો ! જે તમારા પિતા છે અને તમારા પુત્ર છે તે આરી વાત સમજાશે આ માણસ હું તમને સૌથી કંઈ છુ તમે તેને દીર્ઘશ્રવન સુધી સુખેથી પહોંચાડો ! ( મ ૦ )

આ બીજા મનમાં ‘દેવ, દેવોના બધા પિતા અને દેવોના બધા પુત્રો આ બધા મનુષ્યને સુખેથી દીર્ઘશ્રવન સુધી પહોંચાડનારા છે ‘એમ કહ્યું છે, આ સચન મનન કરવા લાયક છે આ મન સારી રીતે સમજવા માટે દેવ કહ્યું છે, તેમના પિતા કહ્યું છે અને તેમના પુત્રો કહ્યું છે તેનો વિચાર કરવો અહીં આત્મન આવશ્યક છે અધર્વવેદમાં આ પિતા પુત્રોનું વર્ણન આ મુજબ આપ્યું છે—

દ્વા સાકમજાયન્ત દેવા દેવેશ્વ પુરા ।

યો યં તામિષ્યાન્ત પ્રવક્ષં સ યા અય મદ્દવદ્ ॥ ૧ ॥

માળાવાનો જલ્મઃ શ્રોત્રમક્ષિતિઃ ક્ષિતિઃ યા ।

વ્યાનોવાનો વાહમનરતા વા આકૃતિમાવદન્ ॥ ૪ ॥

કુત દન્ત્ર કુતઃ સોમા કુતો અશિરજાયત ।

કુનસવણ સમસવત્ કુતો ધાતાઽજાયત ॥ ૮ ॥

દન્દ્રાદેન્દ્રઃ સોમાસોમો અશ્વેરશિરજાયત ।

ત્વણ દ્વજઃ સ્વપુર્ધાતુર્ધાતાઽજાયત ॥ ૯ ॥

યે ત માસન્દશ્ જાતા દેવા દેવેશ્વ પુરા ।

પુત્રેશ્વો લોકં દત્વા કસ્મિન્સ્તે લોક માસતે ॥ ૧૦ ॥

( અથા. ૧.૧૮ )

‘ ( પુરા ) કૈાથી પહેલાં ( દેવેશ્વ. દ્વા દેવા. ) દેવોથી દસ દેવો ( સાક મજાવન્ત ) એકી સાધે નિર્માણ થયા જે તેમન પ્રત્યક્ષ જન્યુતો, ( સઃ અય મદ્દવદ્ ) તે મહત્, અહા વિષે બોલશે તે જ બહાનું જ્ઞાન કહેશે ( ૩ ) પ્રાણ, અપાન, મણ, શ્રોત્ર, ( અ-ક્ષિતિઃ ) અવિનાશી શુદ્ધિ અને ( ક્ષિતિઃ ) નાશ થનાર વિત, બ્યાન, હેદાન, વાયા અને મન આ દસ દેવો તારા ( આકૃતિ માવદન્ ) સ કષ્ટને ઉઠાવે છે ( ૪ ) ઇન્દ્ર, સોમ અને અમિ ક્યાથી થયા ! ત્વણ ક્યથી થયો તેમજ ધાતાપણ ક્યાથી થયો ( ૮ ) દ્વજ થી ઇન્દ્ર, સોમથી સોમ, અમિથી અમિ, ત્વણથી ત્વણ અને ધાતાથી ધાતા થયા છે ( ૯ ) ( યે પુરા દેવેશ્વઃ દ્વા દેવા. ) જે પહેલાં દેવોથી દસ દેવ થયા ( પુત્રેશ્વો લોકં દત્વા ) પુત્રને રથાન આપી તે પેતે ( કસ્મિન્ લોકે આસતે ) ક્યા લોકમાં નેસેલા છે ! ( ૧૦ )

આ મનમાં દેવ, દેવોના પિતા અને પુત્ર ક્યા છે તેનું વર્ણન છે પ્રાણ અપાનાદિ દસ દેવ ઇન્દ્રાદિ દેવોથી નિર્માણ થયા છે અને તે પુત્ર રૂપ દેવો, આ શરીરમાં વસ્યા છે આ પુત્ર દેવોના પિતા દેવ આ જન્મવા છે અને તેમના પણ પિતા

પરમાત્મામાં રહે છે. એવું રમણીકરણ એમ છે - પ્રાણરૂપ દેવ મનુષ્ય સરીરમાં છે, તે જમતમાં સંચાર કરનારા વાયુનો પુત્ર છે અને આ વાયુનો પિતા - વાયુનો પણ વાયુ - પરમપિતા પરમતમા છે. તે જ પ્રકારે મધુરથી પુત્ર દેવ સરીરમાં રહે છે, તેનો પિતા સૂર્યદેવ દુષ્કેતમાં છે અને સૂરજનો પિતા સૂર્ય - પરમપિતા પરમાત્મા છે. આ પ્રકારે બીજાં દેવોના વિશે જાણવું યોગ્ય છે. આ વિષય આ પહેલાં બાવી ગ્રંથો છે. તેથી અહીં વધારે વિવરણ કરવાની આવશ્યકતા નથી.

અધાનો સારાંચ એક પુત્રરૂપી દેવ પ્રાણીઓના કન્દિયો અને અવયવોમાં એટલે સરીરમાં રહે છે. તેમના પિતાદેવ જૂ - જૂર : રવ : આ મિત્રોકમાં રહે છે અને આ સુખાદિ દેવોના પશુ પિતા ત્રિશીપ શક્તિના રૂપમાં પરમાત્મામાં નિવાસ કરે છે.

અમારી આંખો સૂરજ વગેરે કાચું કરવામાં અસમર્થ છે અને સૂર્ય પરમાત્માની કૌર મહાશક્તિ વગર પોતાનું કાચું કરવામાં અસમર્થ છે, તે જ પ્રકારે અધા દેવો અને તેમના પિતા પુત્રોના વિશે સમજવું મનુષ્યને દીર્ઘજીવન આપવું આ અધાના આધીન છે.

તેથી જોએ દીર્ઘજીવન છાંછાના છે, તેઓએ શક્તિપુત્રા અંતઃકરણથી પોતાનો સંબંધ પરમપિતા પરમાત્મા જોડે દૃઢ કરવો. આ પરમપિતા પરમાત્મા સૂરજનો પણ સૂર્ય, વાયુનો પણ વાયુ, પ્રાણનો પણ પ્રાણ એટલે દેવોનો પણ દેવ છે અને તે જ અમારા અધાનો પિતા છે. તેની શક્તિ જો અંતઃકરણમાં દૃઢ થઈ ગઈ તો મનની સમતા રિચર રહી શકે. અને તેથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય છે. આ પ્રકારે દેવોના પિતા જોડે મનુષ્યનો સંબંધ હોય છે અને આ સંબંધ અમરત લાભકારી હોય છે.

વાયુ, સૂરજ વગેરે દેવો જોડે અમારો સંબંધ કયા પ્રકારનો છે અને તેનો અમારા આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવન જોડે કેટલો ધનિષ્ઠ સંબંધ છે, તે જોએ પ્રથમ મંત્રના વિવરણમાં વર્ણવ્યું છે, તેથી તે અહીં અહીં ફરી કહેવાની જરૂર નથી.

પ્રાણ, આંખ, કાન વગેરે દેવ પુત્રો અમારા સરીરમાં જ રહે છે. યોગાદિ સાધનો વડે તેમની શક્તિ વધારી શકાય છે, તેથી તેમના બ્યાસમતા અનુકૂળથી વાગેએ તેમની શક્તિ ચિકિત્સા કરવી અને પોતાનું સરીર આરોગ્યસંપન્ન અને અજરાત્ર બનાવી દીર્ઘજીવનના અધિપતી થવું

આ પ્રકારે મનુષ્યના દીર્ઘજીવન જોડે દેવો, દેવોના પિતરો અને દેવોના પુત્રોનો સંબંધ છે. તે જાણી યોગ્ય અનુકૂળ વડે જીવન વધારવાનો પ્રયત્ન કરવો.

પરમપિતા પરમાત્મા જોડે એક જ છે તથાપિ સંપૂર્ણ સર્વ, ચંદ્ર, વાયુ, રૂદ્ર વગેરે અનેક દેવતાની વિવિધ શક્તિઓથી યુક્ત છે તેથી બધી જ દેવતાઓનું સામુદાયિક પિતૃત્વ તેમનાં છે, એવું કાવ્યમય વર્ણન મંત્રમાં કરાયેલું છે તે યોગ્ય જ છે. આ પ્રકારે આ મંત્રમાં મનુષ્યના દીર્ઘજીવનના અનુકૂળનો માત્ર ઉત્તમ અને રક્ષક શબ્દો વડે બતાવ્યો છે. વાચકો તેનો ત્રિશીપ રિચાર કરે.

### દેવોનાં સ્થાન

ત્રિશીપ મંત્રમાં દેવોના સ્થાન કહ્યા છે - આ ત્રિશીપ મંત્ર એવો આશ્ચર્ય બતાવે છે કે - દુષ્કેત, અંતરિક્ષ, પૃથ્વી, ઔપધિ, પશુ, જલ આ રચનામાં દેવો રહે છે. તે મનુષ્યને દીર્ઘજીવ કરે છે, અને તેમની પદદથી સેકરો અપમૃત્યુ દૂર થઈ જાય છે. ' ( મં. ૩ ) આ મંત્ર બધો વિચાર કરના જોવો છે.

દુષ્કેતમાં સૂરજ વગેરે દેવો, અંતરિક્ષમાં વાયુ, ધન્વ, રૂદ્ર, ચંદ્ર વગેરે દેવો અને પૃથ્વી ઉપર અગ્નિ, વગેરે દેવો, ઔપધિઓમાં રસતલ સીમદેવ, પશુઓમાં દુઃધ વગેરેના રૂપે અમૃતદેવ, પાણ્યમાં વરુણ વગેરે દેવો નિવાસ કરે છે. આ બધા દેવો માણસનું જીવન વધારવાના કામમાં સદાયક હોય છે. સૂરજ દેવ જીવન આપે છે, વાયુ પ્રાણ આપે છે, રૂદ્ર અને ચંદ્ર કનકા સુપ્તિ અને જાગૃતિના બ્યાપક અને અભય પદ મનના સંચાલક દેવ છે, રૂદ્ર પોતે પ્રાણોને ચાલક છે, અગ્નિ નો સંબંધ વાણી જોડે છે. ઔપધિ - વનરખતિઓથી અતલ તથા દવાઓ બની મનુષ્યને મદદ કરે છે, પશુ પાસેથી દુગ્ધરૂપી અમૃત બને છે, જળદેવેથી નીર્ધ જને છે, આ જ પ્રકારે બીજા દેવો પણ મનુષ્યને મદદરૂપ થાય છે. પરંતુ મર્યાદા વડે માણસે તેમનો લાભ ઉઠાવવાનો પુરસાધ્ય કરવો એ જરૂરી છે.

આ બધા દેવોની જોડે પોતાના જાનક સરસિન શખી, તેમની પાસેથી યોગ્ય લાભ લેવાથી જીવન વધી શકે છે. આ દેવોથી અનેક પ્રકારની ચિકિત્સાઓ થઈ શકે છે. દુષ્કેતના દેવોથી સોરચિકિત્સા, વર્ણચિકિત્સા, પ્રકાશકરણચિકિત્સા; અંતરિક્ષ રચનાના દેવોથી વાયુચિકિત્સા, વિદ્યુચિકિત્સા, માનસ ચિકિત્સા અથવા ચંદ્રચિકિત્સા, પૃથ્વી રચનાના દેવોથી અગ્નિચિકિત્સા, ખનિજ પદાર્થો વડે રસચિકિત્સા, સસ્ત્રચિકિત્સા,

આપિ-વનસ્પતિઓથી ભેષ્યર્ચયિકિત્સા, પશુઓના કુદ્યથી કુદ્યચિકિત્સા એટલે પશુઓને જુદી જુદી ઔષધિ અપાવી નેમજ જુદી જુદી રંગોની ગાયેના કુદ્યનો ઉપયોગ કરવાથી તેમજ પશુઓના મૂત્રનો ઉપયોગ કરવાથી વિવિધ ચિકિત્સાઓ સિદ્ધ થાય છે, પાણી વડે જળચિકિત્સા થાય છે, આ પ્રકારે અનેક પ્રકારની ચિકિત્સાઓ હોય છે.

આ બધી ચિકિત્સાઓનો અર્થજ એવો છે કે અનેક રીતે આ દેવાની દિવ્યશક્તિનો સાથ મેળવવો. આથીન સમયમાં આધિમુનિઓએ આ બધા દેવાઓ સાથ લેવાનો પ્રયાસ કર્યો છે, જેનું ફલ આ ચિકિત્સાઓ છે. આજે વજુ તે મુજબ પ્રવતો યજ્ઞ રચા છે. આ દેવતાઓમાં જુદી જુદાં અનેક શક્તિઓ છે, તે પૂરી થશે નહિ, તે માટે અનુષ્ઠે અનેક પ્રકારના પ્રયત્નો કરવો જોઈએ અને આ દેવતાઓથી વિશેષ સાથ મેળવવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ એટલા પ્રાચીન સમયમાં આધિમુનિઓ આવા પ્રયાસો કરી સાથ મેળવતા અને દીર્ઘ-શ્રવન શ્રવના તે પ્રથમ વચ્ચે જઈ પડી ગઈ, પણ આજે પ્રયત્ન કરવાથી તે રસ્તે પુષ્કળ શૌભલ્યો થઈ શકે એમ છે. જે વામકો આ કાવ્યકોત્તમો કામ કરી શકે એવા હોય તેમજે અવરુષ તે કરવું અને યજ્ઞના આરંભકાર થયું આ પ્રકારે આ દેવતાઓની શક્તિ પોતાની અંદર ભેરી જાને તે શક્તિને પોતાની અંદર રિયર કરવાથી અનુષ્ઠ દીર્ઘશ્રવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

વિશ્વકૂલ સામાન્ય એવા પ્રવતોથી પણ ધણે લાભ થાય છે. જેમકે સૂરજના કિરણમાં આપણું ઉષ્ણકરણ તથાવતું, પાનમાં ઉપચાર થઈને ફરવું, પાણીમાં તરવું, સારી વનસ્પતિ-ઔષધિઓનો રસ પીવો અને ગાયના કૂદ વગેરે પદાર્થો સેવન કરવા, આ બાબતોથી સાધારણ પરિસ્થિતિનો માણસ પણ લાભ મેળવી શકે છે જેઓ વિવિધ યજ્ઞ નિર્માણ કરી આ દેવી શક્તિઓથી જે લાભ મેળવવાનો પુરુષાર્થ કરે છે તેમના વિષે તો કહેવું જ શુદ્ધ છે આ દેવતાઓ ગાયો જેવી છે, તેમની પાસેથી જેટલું કૂદ છે તેટલું હોય તેટલું દોહી શકાય છે તેઓમાં અખડ અશ્વતરસ ભરેલી છે. જે જેટલો પુરુષાર્થ કરશે તેને તેટલો અશ્વતરસ મળશે અને તેટલ પ્રમાણમાં તે અમર થશે.

દેવતાઓના ચાર વર્ગો

આ પ્રમાણે પહેલાં ત્રણ મંત્રમાં દેવતાઓ પાસેથી અશ્વત-

રસ પ્રાપ્ત કરી અશ્વતર મેળવવું એટલે દીર્ઘશ્રવન મેળવવાના અનુષ્ઠાનનું રહેવું વર્ણવ્યા પછી ચોથા મંત્રમાં દેવતાઓના ચાર વર્ગનું વર્ણન કર્યું છે અને તે દેવતાઓને પોતાના સદકારી બનાવવાનો ઉપદેશ કર્યો છે, આ ચોથા મંત્રનો આશય એનો છે—

‘દેવામાં પ્રયાજ, અનુયાજ, કુતભાજ અને અદુનાદ એવા ચાર પ્રકારના દેવા છે. આ દેવા વડે આ પાંચ દિશાઓ જુદી પડી છે, આ બધા દેવા અનુષ્ઠના સદકારી સભ્ય બને !’

(મં. ૪)

આ ચાર વર્ગના દેવાના લક્ષણ તેમના વાચક લક્ષ્યોથી અખન થાય છે. તે લક્ષણો જુઓ—

૧ પ્રયાજાઃ— વિશેષ યજ્ઞન કરનારા.

૨ અનુયાજાઃ— અનુકૂલ યજ્ઞન કરનારા.

૩ કુતભાજાઃ— હવનનો કામ લેનારા.

૪ અદુતાજઃ— હવનનો કામ ન ખાનારા

વાચકોએ આ દેવાને પ્રથમ પોતાના શરીરમાં ભેરા—

(૧) જેઓ ઉપર છઠ્ઠા શક્તિનો પરિચય થતો નથી પણ જે અવરુષ પોતાની મેજે કાવ કરતા રહે છે, તે અવરુષના નામ પ્રયાજાઃ છે. જેમકે હવન જેવા અવરુષો. (૨) અવરુષો આપણી છઠ્ઠા શક્તિના કારણે અનુકૂલ કાવમાં વાપરી શકાય તેમને ‘અનુયાજ’ કહે છે, જેવકે હાથ, પગ, આંખ વગેરે. (૩) જે હૃદયનો ભોગની છઠ્ઠા કરે છે અને કાવ કરવાથી શારીર ભય છે અને વિશ્રામ અને અમરસ મળવાથી કુદ જાને છે તેને ‘કુતભાજ’ કહે છે. (૪) શરીરમાં ‘અદુતાજ’ હવન અગ્નિવાર પ્રાણો જ છે, કારણ કે આ પ્રાણ શરીરમાં હવન કાવ કરી રહ્યા છે પણ પોતે કાવ ભોગ લેતા નથી, જન્મથી મરણ સુધી જાગત રાવ કરે છે.

આ પ્રાણનું વર્ણન નેમજ બીજી અગ્નિશેતુ વર્ણન આ પ્રકારે ઉપનિષદોમાં કરેલું છે, પ્રાણાગ્નિદોષ ઉપનિષદમાં શરીરવતના પ્રાણ અનુયાજનું વર્ણન આ પ્રકારે છે—

શારીરવચ્ચસ્વ...કે પ્રયાજાઃ કેડનુયાજાઃ ॥

મહામૂતાનિ પ્રયાજાઃ ॥ મૂતાનુયાજાઃ ॥

(પ્રાણાગ્નિદોષ ૩-૪)

શરીરમાં વાસના યજ્ઞના પ્રાણ અને અનુયાજ હોય છે ૧ મહાભૂત પ્રાણ અને બૂત અનુયાજ છે, તે જ પ્રમાણે કુત-કામ અને અદુતાદ વિષયક વર્ણન ઉપનિષદોમાં તેમજ

સાહસીમાં સખ્યાં છે, જેનું તાત્પર્ય ઉપર આધુનિક છે.

આ આબેનર યત્નો નફો ભાગ્યશી કરાય છે, તેનું વર્ણન કરવાની આદી જરૂરી નથી. અનુયાયી કરતાં પ્રવાળોનું મદદર વધારે છે તેમજ હુનગામ કરતાં અદુતાનું મદદર પણ વધારે હોય છે. જેઓ યોગેશ્વર જાણે છે, તેમના માટે આનો વધારે ખુલાસો કરવાની જરૂરી નથી. કારણ તેઓ જાણે છે કે છાત્રાશ્રમના નિષ્ક્રમણથી આસનારા હાથ-પગ વગેરે અવયવો કરતાં છાત્રાશ્રમ વગર કામ કરનારા હૃદય વગેરે આંતરાવયવો વધારે મદદરવા હોય છે. તેમજ અદુતાદ એટલે જોઈ ભોગ ન રીકારતાં અને જનમથી મૃત્યુ સુધી અવિશ્રાન્ત કામ કરનારા પ્રાણાદિ વધારે શ્રેષ્ઠ છે અને નેત્ર-કણ વગેરે જે અવયવો કટ કરવાથી થાકી જાય છે, જેઓ આરામ કરે છે અને ભોમ પણ ભોગે છે તેઓ તો જાણ છે.

આ મુખ્ય જાણનો ભેદ જોઈ રીક્ષણન પ્રાપ્ત કરવાનું અનુશાન કરનારાઓએ પોતાની અંદર મુખ્ય દેવો એટલે ઇન્દ્રિયશક્તિઓને વધારે બળવાન કરવું અને બીજાઓને પણ બળવાન બનાવવું પણ સાથે સાથે એ પણ ધ્યાનમાં રાખવું કે જાણ અવયવોની શક્તિ વધારતી વેળા મુખ્ય અવયવો અલગ થવાનું પામે. ઉદાહરણરૂપે - પહેલવાનોના બાયાબની વાન કરીએ. પહેલવાનલોક શરીરના બાકા અવયવો પરિપુટ કરી શક્તિ વધારે છે, પણ હૃદય વગેરે આંતર-અવયવોના ખ્યાલ કરના જ નથી, તેથી એમ અને છે કે તેમનું સ્થૂલ શરીર ધણુ બળવાન હોય છે, પણ હૃદય વગેરે વિશેષ મદદરવા અવયવો ધણુ નબળા ધઈ જાય છે તેનો પરિણામ

તેમનો મૃત્યુ અવધાનમાં થાય છે.

જો તે લોકો શરીર સાથે હૃદય પણ બળવાન બનાવવાનો પ્રયત્ન કરે તો તેનું યશો નહિ. માટે અર્ધો કહેવાનું કે પોતાની અંદર જે દેવાઓના અંશ રહે છે તેમાં મુખ્ય અવયવોના વિશેષ ખ્યાલ કરવો, તેમની શક્તિ વધારવી અને તેમની નબળાઈ ન વધે તે વિશે વિશેષ ચિંત્ય કરવો ત્યાર પછી જાણ અવયવોના ચિંત્ય કરવો યોગ્ય છે. આસનરૂપે, મજાસરૂપે અને હૃદયસરૂપે વગેરે મદદરપૂર્ણ સંસ્કારોના બળ વધવું જોઈએ, અને સ્વાધ્યાય વગેરે તેમના અનુકૂળ રહેવા યોગ્ય શક્તિય યોગ્ય બનાવવા જોઈએ.

મનનો 'પ્રવાણ' શબ્દ મુખ્યનો ભાવ અને 'મનુ-યાત્ર' શબ્દ જાણભાવ બતાવે છે. આ બધા દેવો અમારા ચાર તરફ અને બધી દિશાઓમાં છૂટા પડી તેમજ સંપૂર્ણ રચાને છૂદા પાડય છે. આ બધા દેવો અમારા શરીરમાં ચાલનારા સો વરસના યત્નો બાગીદાર થાય, એટલે આ સો વરસ સુધી આસનારા છત્રીની મહાન યત્નો તેઓ બાગીદાર છે, પરંતુ તેઓ પોતાનું કામ કરવામાં સમર્થ થાય, યત્નો પોતાનો લાભ સારી રીતે પૂર્ણ કરે અને નિર્વિઘ્નતાથી આ સો વરસનો યત્ન ચલાવવામાં અમારા સહકારી થય.

આ પ્રકારે આ મનનો આશય છે. આ મંત્રો રપદ અને બેષપદ છે જે વાચકો આ મુજબ અનુશાન કરશે તો તેમને નક્કી લાભ જ થશે. આ સૂત્ર 'આધ્યાત્મ-ગાથા'નું છે તેમાં વાચકોએ તેનો ચિંત્ય આ વિષયના બીજા સૂત્રો જોડે કરવો.

## સ્વાવલંબી પ્રજા

કાંડ ૭, સૂકત ૯૪

( 'વર્ણ' - અર્થાં । દેવતા - ભોમ । )

ધ્રુવં ધ્રુવેણ હવિષાવ સોમં નયામસિ । યથા ન ઇન્દ્ર કેવલીર્વિદ્ધઃ સંમનસસ્કરત્ ॥ ૧ ॥

અર્થ— ( ધ્રુવેણ હવિષા ) સિંધર હવિષી ( ધ્રુવં સોમ મવ નયામસિ ) સિંધર ભોમને પ્રાપ્ત કરીએ જોએ. ( યથા ઇન્દ્રઃ ) નેપી છે ( નઃ વિદ્ધઃ કેવલીઃ સંમનસઃ કરત્ ) અમારી પ્રજા બીજાઓ ઉપર અવલંબીને ન રહેતાં સારા મનવાળી બને. [ ૧ ]

સિંધર કરવેશઓ આપવાથી રાજા સિંધર રહે છે અને તે પોતાની પ્રજાને ( કેવલીઃ ) સ્વતંત્ર સ્વાવલંબી એટલે બીજા ઉપર અધાર ન રાખનારી અને ( સં-મનસઃ ) ઉત્તમ મનવાળી કરે છે. કેવળ પોતાની શક્તિથી રહેનારી,

ખીમની મદદ ન લેનારી એવી જે પ્રજા હોય છે તેનું નામ વેદમાં 'કેવલો વ્રજા' છે. આ શબ્દ પ્રજાની શ્રેષ્ઠતા ઉત્તરિતો સૂચા છે. જે રાષ્ટ્રની પ્રજા દેવજ પોતની ક્ષતિથી ગદે છે અને કાંઈ પ્રકારે જીવન ઉપર અવલંબીને રહેતી નથી તે રાષ્ટ્ર રવ્યં પુષ્યં અન્યુ છે એમ સમજવું યોગ્ય છે.

## વાણી

કંઠિ ૭, સૂક્ત ૪૩

( ઋષિ:- પ્રહલ્લાદઃ । દેવતા:- વાનુ । )

શિવાસ્તૃ એકા અર્થિવાસ્તૃ એકાઃ સર્વા વિમર્ષિ સુમનસ્યમાનાઃ ।

તિસ્રો વાચો નિહિતા અન્તરાસ્મિન્તાસામેકા વિ પંપાવાનુ ધોર્મ્

॥ ૧ ॥

અર્થ:- ( તે એકાઃ શિવાઃ ) તારા એક પ્રકારના શબ્દો કલ્યાણકારક હોય છે. તેમજ ( તે એકાઃ અર્થિવાઃ ) તારા ખીલ પ્રકારના શબ્દો અશુભ પણ હોય છે ( સુમનસ્યમાનાઃ સર્વાઃ વિમર્ષિ ) ઉત્તમ મનના તુ તે બધાને પારણ કરે છે. ( તિસ્ર વાચા અસ્મિન્ અન્તરા નિહિતાઃ ) ત્રણ પ્રકારની વાણીઓ આ વાણીઓ અંદર સુખ રહે છે. ( તાસાં એકા ધોર્મ્ અનુ વિપવાત ) તેમથી એક મોટા તદે તિસ્રે રીને બહાર કાઢવાય છે. [ ૧ ]

પરં, પર્યન્તી, મધ્યમા અને વૈષ્ણી આ વાણીના ચાર નામ છે. પરં નિઃસંસારમાં, પર્યન્તી હૃદયસ્થાનમાં, મધ્યમા છાતીના ઉપરના ભાગમાં અને વૈષ્ણી મુખમાં હોય છે જે શબ્દો ઉચ્ચારણ છે તે આ ચાર સ્થાનોથી પસાર થાય છે. પહેલી ત્રણ વાણીઓ સુખ અને ચોથી વાણી પ્રમદ છે, જે બધા લોકો બોલે છે. આ ચોથી વૈષ્ણી વાણી મનુષ્ય સુખ અને અશુભ ક્રિમ એ પ્રકારે બોલે છે. તેથી આજે ઉત્તમ શુભસંસ્કારયુક્ત મનવાળા બની સુખ શબ્દોનો પ્રયોગ કરેલો બાજુ સુખ ઉચ્ચારવાળી વાણી બધાનું કલ્યાણ કરી શકે છે.

## સુખ

કંઠિ ૭, સૂક્ત ૬૬

( ઋષિ:- ઇન્દ્રાણિઃ । દેવતા:- ઇન્દ્રઃ । )

શં નો વાવો વાતુ શં નેસ્તપતુ સૂર્યોઃ ।

અહાનિ શં મંવન્તુ તુઃ શં રાત્રી પ્રતિ ધીયતાં દ્રુમ્પા-નો વ્યચ્છિત

॥ ૧ ॥

અર્થ:- ( ના વાતુ શં વાતુ ) અમારા માટે વાતુ સુખકારક રહે. ( ના સૂર્યો શં તપતુ ) અમારા માટે સૂર્ય સુખકારક થઈ તપે. ( ના અહાનિ શં મંવન્તુ ) અમારા દિવસો સુખકારક થાવ. ( રાત્રી શં પ્રતિધીયતાં ) રાત સુખ કારક થાવ. ( તપા ન શં વ્યચ્છિત ) ઉપ કાળ અમને સુખ આપે. [ ૧ ]

વાયુ, સૂર્ય, દિવસ, રાત્રી અને ઉપા આ તેમજ જીવ બધા પદાર્થો અમને સુખકારક થાવ. અમારી આત્મિક અવસ્થા એવી રહે કે અમને ખાલ જગત દબેલાં સુખકારક થાય અને કંઈ દુઃખનયક ન થાય.

## સુખ પ્રાપ્તિ સૂક્ત

ઠાંક ૧, સૂક્ત ૨૬

( ઋષિ - મદ્રા । દેવતા - દેવાદય. )

અરેકેમાવસ્મદંસ્તુ દેવિર્દેવાસો અમત્ । અરે અશ્મા યમસ્યંથ	॥ ૧ ॥
સસ્રાસાવસ્મમ્યમસ્તુ રાતિઃ સરોન્દ્રો મર્ગઃ સવિતા ચિત્રરાધાઃ	॥ ૨ ॥
યૂયં નઃ પ્રવતો નવાન્મરુતઃ સૂર્યેત્વચસઃ । શર્મં યચ્છાય સપ્રધાઃ	॥ ૩ ॥
મુપુદર્ત મુહર્ત મુહયાં નસ્તુન્શ્વો મયસ્તોકેર્મ્યસ્કૃષિ	॥ ૪ ॥

અર્થ - હે ( દેવાસઃ ) દેવો ! ( અસી હેતિઃ ) આ શબ્દ ( અસત્તુ મારે અસ્તુ ) અમારાથી દૂર રહે, અને ( યં અસ્યથ ) જેન તમે કેમ છે તે ' અસા મારે અસત્તુ ' પથ્થર પણ અમારાથી દૂર રહે. [ ૧ ] ( અસી રાતિઃ ) આ દાનદીપ્તિ, ( મર્ગઃ ) ધનયુક્ત સંતાપ, ( ચિત્રરાધા-ચન્દ્રઃ ) રિશો ઐશ્વર્યયુક્ત ઇન્દ્ર અમારો ( સદા અસ્તુ ) મિત્ર બને, [ ૨ ] હે ( પ્રવતઃ નવાન્ ) પોતે પોતાનું રક્ષણ કરનારોને ન પડતા દેનાર ! હે ( સૂર્યેત્વચસઃ મરુતઃ ) સુરજની સખા તેજસ્વી મરુત દેવો ! ( યૂયં ) તમે ( નઃ ) અમારા માટે ( સપ્રધાઃ શર્મં ) વિરતુન સુખ ( યચ્છાય ) આપો. [ ૩ ] ( મુપુદર્ત ) તમે અમને આશ્રય આપો, ( મુહયાં ) અમને સુખી કરો. ( ન. તન્મ્ય. મુહય ) અમારા શરીરોને આરામ આપો તેમજ ( તોકેર્મ્યઃ મયઃ કૃષિ ) ખાલગમ્યા માટે આનંદ કરો. [ ૪ ]

બાધાર્થ - હે દેવો ! તમારા દરેક રાશિઓ ઉપરોક્ત અમારા ઉપર થવાનો અવસર ન આવે, એટલે અમારાથી એક કદ કાર્ય ન થાય કે જેથી અમે હારે પાત્ર થઈએ ( ૧ ) ઇન્દ્ર, સવિતા, ભગ વગેરે દેવતાઓ અમારા મહાયક થાય ( ૨ ) મરુત દેવો અમારા સુખ વધારે ( ૩ ) બધા દેવો હિતમ આધાર આપે, અમારા શરીરનું આરોગ્ય વધારે, અમારા મનની શાંતિ વધારે, અમારા ખાલગમ્યાઓને સુખી રાખે અને બધા પ્રકારે અમારો આનંદ વધતો રહે ( ૪ )

## સુખ પ્રાપ્તિ સૂક્ત

દેવતાઓ જોડે મિત્રતા

ઇન્દ્ર, સવિતા, ભગ, મરુત વગેરે દેવો જોડે મિત્રતા કરવાથી સુખ મળે અને તેમના પ્રતિકૂળ આચરણ કરવાથી દુઃખ પ્રાપ્ત થાય છે. માટે પહેલા મનમાં પ્રાર્થના છે કે તે દેવોનો દંડ અમારા ઉપર ન ચાલે અને બીજા મંત્રમાં પ્રાર્થના છે કે આ બધા દેવો અમારા મિત્રો, સહાયક, જની અમારું સુખ વધારે અથવા અમારું એવું આચરણ થાય કે એઓ અમારા સહાયક થાય વિરોધી ન થાય જુઓ તેનો આશય શું છે તે -

૧ સવિતા - સુરજદેવ છે. તે પોતે મિત્રતા કરવા અમારી પાસે આવતો નથી. પણ સવારે ઉઠ્યા થયાં જ તે પોતાનો હાથ અમારી પાસે મોકલે છે અને અમને મળવા

પર છે પરંતુ વાચકોએ ખાલ કરવો કે અમે તે મહાનમાં બધા બાળો ખેલી સંતાપ દેવાના પવિત્ર હાથને અમારી પાસે આવવા દેના નથી સુરજ આરોગ્યના દેવતા છે, તેની જોડે આવેલા વિરોધ કરવાથી અમારી ઉપર ધોર આપતિ આવે પડે છે. તેથી અનેક રોગના કષ્ટોમાં પડવું પડે છે

મરુત - નામ વાયુ દેવતાનું છે. આ વાયુ દેવતા પણ અમારી સેવામાં હરકોઈ રચાનમાં અમારા પહેલાં હાજર નેમ છે. પણ અમે ખુલી હવા સેવન કરતા નથી, શુદ્ધ હવા ધરની ઓરડીઓમાં આવવા દેના નથી, એટલું જ નહિ પણ હવા મગાડવાના અનેક સાધનો નિર્માણ કરીએ છીએ, છતાં હિ કારણોના લીધે વાયુ દેવતાનો અમારા ઉપર ગુરુતા ઉતરે અને તેની વળગાત અમને સહન કરવો પડે છે તેથી અનેક



જોમાંથી વામુના ગુણના કાળે જીવને સંગાથે છે

એવી રીતે બીજા દેવનાઓનો સંબંધ જાણવો, આ રીતે અર્થવેદ કાંડ. ૧ સૂકત ૩ અને ૮ જુઓ. તે સૂકતોના ૨૫૫રીક્ષણ વેળા એ દેવતાઓ જોડે શું સંબંધ રોય છે તેનું વર્ણન કર્યું છે. તેથી આ સૂકત સાથે પેલા સૂકતો પણ અવરૂપ જોવા.

જે પ્રકારે આ જાત દેવતાઓ અમારા મિત્ર બની રહેતાં થી અમારું સ્વાસ્થ્ય અને સુખ વધે છે, તે પ્રકારે તેમના પ્રતિનિધિ જે અમારા શરીરમાં ઠેકઠાણે રહે છે, તેમને મિત્ર બનાવી રાખવાથી પણ અમારું સ્વાસ્થ્ય અને આરોગ્ય સચવાય છે, તે રીતે દર્શાવે છે. વિવરણ જુઓ—

૧ સચિતા— સુરજદેવ આકાશમાં છે, તેનો પ્રતિનિધિ અંતરિક્ષ દેવ અમારી આંખમાં અને નાભિસ્થાનમાં સૂર્યચક્રમાં રહે છે. તેના કાષ્ઠો કમચા દર્શનશક્તિ અને પાચનશક્તિ જોડે છે, વાયુઓને અનુભવથી જાણ્યું દર્શકે જો આ દેવો અમારા મિત્ર બની રહે તો જ અમારી નંદુરતી અને આરોગ્ય સચવાશે, જો નહરે કોઇ વખતે કુમારો લઇ જાય અથવા કપના વિષયમાં મોહિત થઇ અવજોરરતે દોરે તો તેથી પ્રાપ્ત થતી કષ્ટમય સ્થિતિની કપના વાયુઓએ જ કરવી. તે જ પ્રકારે પેટની પાચનશક્તિ સારી ન રહેવાથી કેટલાયે રોગો ઉત્પન્ન થાય છે, તેનું જ્ઞાન વાયુઓથી અજ્ઞાત નથી. એટલે શરીરસ્થાનનો સુરજ-અપિતા અંતરિક્ષ દેવતા મિત્ર બની ન રહેવાથી મનુષ્યના કંઈકેઈ સખ્યા કેટલી વધે છે તેનો વિચાર વાયુઓએ જ કરવો.

૨ આ જ પ્રકારે મરુત્વાયુદેવ ફેરસામાં તેમજ શરીરના જુદા જુદા અવયવોમાં રહે છે. જો તેમનો કદિ પ્રતિષ્ઠ થઇ જશે તો નાના વિદ્યારાની મુશ્કેલી ઉઠી થશે

આ જ પ્રકારે ઉદરે અંત કરજમાં તેમજ બીજા દેવો શરીરની અંદર ઠેકઠાણે રહે છે. વિચાર કરતાં વચ્ચેને જાણી છે તેમને 'મિત્ર' બનાવવાથી મનુષ્યમાનને સ્વાસ્થ્ય અને જ્ઞાનદ પ્રાપ્ત થાઇ શકે છે, તેમના વિરોધી થવાથી દુઃખનો પારણા રહેશે નહિ.

પહેલા મંત્રમાં 'દેવોના દંડો દુર રહેવાનું' અને બીજા મંત્રમાં 'દેવોની જોડે મિત્રાચારી' રાખવાની યથાના આ પ્રકારે વાયુઓએ વિચાર કરી આ પરમ ઉપદેશ પોતાના આચરણમાં લગાવવા પ્રયત્ન કરવો અને કેદ જ્ઞાનદ પ્રાપ્ત કરવો. ત્રાજા મંત્રમાં આ જ આચરણથી વિરૂદ્ધ સુખ મળે છે, આ કથન દર્શાવે ૨૫૫ થયું છે.

ચોથા મંત્રમાં કહ્યું છે કે, 'આ જ દેવો અમને આસરી આપે છે, અમને સુખી રાખે છે, અમારા શરીરનું આરોગ્ય વધારે છે અને અમારા જાળજીવનમાં જ્ઞાન પ્રિત રાખે છે, તે કથન દર્શાવે વાયુને રિવસના પ્રકાશની જેમ ૨૫૫ જણાવ્યું હતું. મટે સ્વાસ્થ્ય અને સુખ પ્રાપ્તિ માટે આ સાચા રસ્તાનું અવલંબન વાયુઓએ કરવું.

વિશેષ સૂચના

જાણ કરી વાયુઓએ જ્ઞાનમાં ગાખનું કે સુખ, સ્વાસ્થ્ય અને જ્ઞાનદ પ્રાપ્તિ માટે વેદ પનાદિ સાધન કહેવા નથી. પણ 'જલા, વાયુ, સરજ વગેરે દેવોની સઘે મિત્રાચારી કરો' આ જ સાધન બતાવે છે. આટલું તો દરોહ કરી શકે છે. જલે કોઈને ધન પ્રાપ્ત થાય અથવા ન થાય, પણ 'જલા, વાયુ અને સરજનો પ્રકાશ' તો દરેકને મળી શકે છે. આ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્તિના અર્થ સુસભ સાધનોને વાયુઓએ અધિક વિચાર કરવો. વેદની આ સેલીનું અવરૂપ મનન કરવું અને ઉપદેશાનુસાર આચરણ કરી લાભ મેળવવો.

## શાખનો દુષ્યરિણામ

કાંડ ૭, સૂકત ૫૮

( ઝાલિઃ— ચાવરાયળિઃ । દેવતા— અરિતાગમ્ ૧ । )

યો નઃ ચાપાદરૂપત્તઃ ચાપનો ચર્ચ નઃ ચાપાત્ । વૃક્ષ ઈવ વિચિતાં હવ આ મૂલાદર્શુ શુષ્પત્તુ ॥ ૧ ॥

અર્થ— ( યઃ ચાપાત્ નઃ ચાપાત્ ) જેઓ શાપ ન આપતાં પણ અપને શાપ આપે છે અને ( યા વ ચાપતઃ નઃ ચાપાત્ ) જે શાપ આપતાં અપને શાપ આપે છે તે ( આ મૂલાદર્શુ મનુ શુષ્પત્તુ ) જમમાંથી સુકાઇ જાય, જેમ ( વિચિતાં માહતા વૃક્ષઃ દૃષ્ટ ) પીળાગી પડેલા વૃક્ષ સુકાઇ જાય છે. [ ૧ ]

કોઈને શાપ આપવો, માળો આપવી, ખરાબ કશ્કો બોલવા, કોઈની નિન્દા કરવી આ બધું ખરબ છે તેથી માળો આપનારનું જ પુકસાન થાય છે

## ઈર્ષ્યાનિવારક ઔષધ

કાંક ૭, સૂકત ૪૫

( જાવિ - પ્રદક્ષિણ, અર્ધા । દેવતા- ઈર્ષ્યાનિવારક મેપજમ્ )

જનાંદ્રિષ્જનીનાંતિસન્ધુતસ્પર્ધામૃતમ્ । દુરાચારાં મન્ય ઉદ્ધૃતમીર્ષ્યાયા નાર્મ મેપજમ્ ॥ ૧ ॥

અર્ધેર્વાસ્ય દર્હતો દાવસ્ય દર્હતઃ પૃથક્ । એતામેતસ્યેર્ષ્યામુદ્ગ્રાગિર્મિવ શમય ॥ ૨ ॥

અર્થ— ( વિશ્વજનીનાત્ જનાત્ ) બધા શોધના 'કલ્યાણકારક ભૂમિયાં તેમજ ( સિન્ધુન પરિ આમૃત ) સમૃદ્ધમાંથી જે લાવેયુ છે, તે : ઈર્ષ્યાયા નામ મેવજ ) અદેખામને દૂર કરનાર ઔષધ છે. હે ઔષધ ! દુરાત્ત્વા ઉદ્ધૃત મન્યે ) દુરથી તને અહીં આવ્યુ છે, તે હું બાલુ છું [ ૧ ]

હે ઔષધ ! તું ( અસ્ય દર્હતઃ અગ્રેઃ હ્ય ) આ બાબનાર અગ્રિને ( પૃથક્ દર્હત દાવસ્ય ) વેગળા બાબનાર શ્રાવણને એટલે । એતસ્ય એતા ઈર્ષ્યા ) આ બાલુસની આ અદેખામને ( ઉદ્ગ્રા અગ્રિ હ્ય શમય ) પાપીથી અગ્રિને શાત કરેના જેમ શાંત કરે [ ૨ ]

મનમાં જે ઈર્ષ્યા, દ્રેષ, મત્સર, સ્પર્ધા, અદેખામ દેખા છે તે આ ઔષધિ પ્રયોગથી દૂર થાય છે સારા વૈદ્યોએ આ મન પર પ્રભાવ કરનારાં ઔષધિની શોધ કરવી આ સમયે માનસિક રોગોની ચિકિત્સા કરવા વૈદ્યો અસમર્થ બનાય છે અને આ ઔષધિએ પ્ર પત થઈ તે 'મનના રોગો' પણ દૂર થાય છે આ સૂકતના ઔષધિનું નામ કહ્યું નથી, તેથી તેની શોધ કરવી બધી મુશ્કેલ ॥

## અમૃતશક્તિ

કાંક ૭, સૂકત ૪૦

( જાવિ - અર્ધર્ધા । દેવતા મગ્ધા )

કુહું દેવી સુકૃતં વિગ્નાપસમમ્મિન્યજ્ઞે સુહવાં જોહવીમિ ।

સા નોં રયિં વિશ્વવારં નિ યંછાદ્દાતુ વીરં શતદાયમુકથ્યમ્ ॥ ૧ ॥

૧) અર્થ— ( સુકૃતં વિગ્નાપસ સુહવા ) સાર કામ કરનારી, શાનપૂર્વકે કર્મ કરનારી, સ્તુતિને લાયક ( કુ હું દેવી ) પૃથ્વી ઉપર જેનું હવન થાય છે, એવી દિવ્ય શક્તિમયી દેવીને હું ( અસ્મિન્ યજ્ઞે જોહવીમિ ) આ યજ્ઞમાં બોલાવુ છું ( સા વિશ્વવારં રયિં ન નિયચ્છાતુ ) તે મધાને સ્વીકારતા લોકો ધન અમને આપે તેમજ ( ઉકથય શતદાય વીરં વદાતુ ) પ્રશંસનીય અને સે કહેા દાન કરનારા પીરોનુ પ્રદાન કરે [ ૧ ]

૧૫ [ અર્થર્ધ ૪ ]

कुहर्देवानाममृतस्य पत्नी हव्या नो अस्य हवियो जुपेत ।

शृणोतु यज्जमुशती नो अथ रायस्पोषं चिकित्सीषी दधातु ॥ २ ॥

અર્થ — (દેવાનાં અમૃતસ્ય પત્ની કુન્દ) બધા દેવાનાં એ પુર્ણ પહે અમર છે, તે કમળની પત્ની આ કુંદ એટલે તેનાં દયન આ પૃથ્વી ઉપર બધા કરે છે, તે (નઃ દૃષ્ટ્યા) અમારા વડે પ્રદર્શા કરવા યોગ્ય છે, તે (અસ્ય દર્શિયા જુવેત) આ દર્શન સેવન કરે. (કર્તા યશ્ચ ક્રાપોતુ) કમળ કરતી તે દેવી થતો વૃત્તાન સાબળે અને (વિક્રિતુષી રાયસ્થોયં અય નઃ દધાતુ) જ્ઞાનવાળી તે દેવી અમને આજે ધનસમૃદ્ધિ આપે. [ ૨ ]

આ પૃથ્વી ઉપર જેનો સાહાર થાય છે તેને 'કુન્દ્ર' કહે છે. આ (અમૃતસ્ય વાતી) અમર પદ્મની આકૃતિ હોય છે, અને આ ઉપર (વેદાનાં અમૃત) ગંધા દેવેનાં અમર છે તેની અમરકાંતથી જ ભીળા ગંધા દેવે અમર બન્યા છે આ પરમેશ્વરી શક્તિની જામે ઉપાસના કરીએ છીએ. તે દેવી અમરને ધન અને પીરના આપે.

## જ્ઞાન અને કર્મ

કાંકે ૭, સૂકલ ૫૪

( ऋषिः— मृगुः । देवता— इंद्रः । )

श्रुत्वां सामं यजामहे याम्यां कर्माणि कुर्वते । एते सदसि राजतो यतं देवेषु यच्छतः ॥ १ ॥

अथ साम् यदप्राधं दुविरोजो यजूर्बलम् । एष मा तस्मन्मा हितोद्देदः पूष्टः शचीपते ॥ २ ॥

અર્થ—( યાચ્યાં કર્માણિ કુર્વતે ) એમાં હાલ કોઈ કરીએ છીએ તે ( ક્ષત્ત્વં સામ વજામહે ) જમ્યાએ અને સામેની સાથે બંને સંપદન કરીએ છીએ. ( વતે સદસિ રાજતઃ ) તે બંને બા પદસ્થળમાં પ્રકાશમાન થાય છે અને તેઓ ( દેવેણ વર્તં વચ્છનઃ ) દેવોમાં એક ક્રમનું અપભ્રંશ કરે છે. [ ૧ ]

(યત્ત્વ મ્લત્ત્વ, લામ, યજુઃ) જે મત્ત્વા, મ્લત્ત્વ અને યજુઃ તેમજ (હવિઃ મોઝઃ વલં મમ્લત્ત્વ) હવન, મોઝ અને મમ્લત્ત્વા ત્રિષે મેં પૂજ્યું, હે (ગાંધીવતે) શુદ્ધમાન! (તસ્માત્ પવા પૃષ્ઠઃ ષેદઃ) તે કારણે આ પૂજાએથી વેદ (મા મા હિલોત્) મારી હિંસા ન કરે [૨]

[illegible]

કરે છે ( ૧ )

હું ગુરુ પાસેથી જ્ઞાન, સાધન, ચલુની વિશે પૂછી માલિની મેળવું છું અને હવળની વિધિ, શાસ્ત્રિક જળ મેળવવાનો ઉપાય અને મનસિક જળ પ્રાપ્ત કરેવાનો ઉપાય પણ પૂછું છું. આ બધું પ્રાપ્ત કરાવેલું જ્ઞાન મારી કનતિ માટે અદરશ બને અને બાધક ન થાય ( ૨ )

અને બાપક ન થાય ( ૨ )

આ સૂક્તમાં કહ્યું છે કે જાણ, બળ અને સામ આ શાન આપનારા મંત્રો છે અને તેઓ વડે પ્રેરે કર્મ કરાય છે, આ કર્મો કરી મનુષ્ય ઉત્તરિને પ્રાપ્ત કરે છે અને જ્યોત્સ્વ મેનુષ્ય બળને વધારે છે. ઉપરના મંત્રોથી મનુષ્ય શાન પ્રાપ્ત કરે છે અને તે શાન વડે કર્મ કરી ઉત્તરિ કરી શે છે. પણ કોઈ સમયે મોઢવલ જની માણસ શાનનો દુરપયોગ કરે છે અને તેથી પોતાનો નાશ કરી લે છે. હિંદુશ્રદ્ધાઈ કોઈ મનુષ્ય બળ પ્રાપ્તિના ઉપાયનું શાન પ્રાપ્ત કરે છે અને તેનું વ્યુત્થાન કરી ધણું બળ પોતાનો નાશ કરી લે છે. હિંદુશ્રદ્ધાઈ કોઈ મનુષ્ય બળ પ્રાપ્તિના ઉપાયનું શાન પ્રાપ્ત કરે છે અને તેનું વ્યુત્થાન કરી ધણું બળ પોતાનો નાશ કરી લે છે. હિંદુશ્રદ્ધાઈ કોઈ મનુષ્ય બળ પ્રાપ્તિના ઉપાયનું શાન પ્રાપ્ત કરે છે અને તેનું વ્યુત્થાન કરી ધણું બળ પોતાનો નાશ કરી લે છે. હિંદુશ્રદ્ધાઈ કોઈ મનુષ્ય બળ પ્રાપ્તિના ઉપાયનું શાન પ્રાપ્ત કરે છે અને તેનું વ્યુત્થાન કરી ધણું બળ પોતાનો નાશ કરી લે છે.

છે, જેનો પરિણામ તેનો ઉપયોગ કરનારની લલામ-શુરામ ઉપર અથવા તેનો ઉપયોગ સારા નરસા કામ માટે થતો હોય તે ઉપર આધાર રાખે છે. માટે પરમેશ્વરની પ્રાર્થના કરાય છે કે તે અમારી સત્પ્રવૃત્તિ રાખે અને અમને ધાતપાતના માર્ગે અપા જ ન દે.

## પ્રકાશનો માર્ગ

કાંડ ૭, સૂક્ત ૫૫

( કાવિ - વૃષઃ । દેવતા - ઇન્દ્ર । )

યે તે પન્થાનોઽર્ચ દિવો યેમિર્વિશ્વમૈરંચઃ । તેમિઃ સુસ્રવા ઘેહિ નો વસો

॥ ૧ ॥

અર્થ— હે ( ઘસો ) બધાને વસાવનાર પ્રભુ ! ( યે તે દિવઃ પન્થાનઃ ) જે તારા પ્રકાશના રસ્તાઓ છે, ( યેમિઃ વિશ્વં અથ વેરંચઃ ) જે વડે તું બધી દુનિયાને અલાવે છે, ( તેમિઃ નઃ સુસ્રવા ઘેહિ ) તે બધાની સાથે અમને બધાને સુખેથી રાખ. [ ૧ ]

ભાવાર્થ— હે પ્રભો ! જે તારા પ્રકાશના રસ્તાઓ છે અને જે વડે તું બધી દુનિયાને અલાવે છે, તે વડે અમને સુખપૂર્ણ રસ્તે લઇ જા અને સુખેથી રાખ. ( ૧ )

રસ્તા એ છે, એક પ્રકાશયુક્ત અને બીજો આધારનો. ઇન્દ્ર પ્રકાશનો માર્ગ બધાને બતાવે છે અને બધાને સુખી કરે છે. પશુ જે પ્રભુને ત્યજી આધારના રસ્તે જાય છે તે દુઃખ ભોગવે છે. માટે પ્રભુની પ્રાર્થના કરવી જોઈએ કે તે આપણને પ્રકાશનો રસ્તો બતાવે અને સાચા રસ્તે અલાવે.

## મનુષ્યની શક્તિઓ

કાંડ ૭, સૂક્ત ૫૭

( કાવિ.— વામદેવઃ । દેવતા— સરસ્વતી । )

યદાશ્વસા વદંતો મે વિચુષ્ણમે યદાચંમાનસ્ય ચરંતો જનોં અનું ।

તદાત્માર્નિ તન્વોમિ વિરિષ્ટં સરસ્વતી તદા પૃળદ્ ધૃતેન

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( યદ્ આશ્વસા વદંતઃ મે વિચુષ્ણમે ) જે હિંસાથી બેલાનારા મારા શ્લેષિત થયા છે, ( યદ્ જનાન્ મનુશ્વરતઃ યાચમાનસ્ય ) જે લોકોની સેવા કરતાં માન્યતા કરનારાઓની વ્યાકુળતા થઇ છે, ( તદ્ આત્માર્નિ મે તન્વઃ વિરિષ્ટં ) તે મારા આત્મામાં અને મારા શરીરમાં બે હીનતા થઇ ગઇ છે, ( તદ્ સરસ્વતી ધૃતેન આ પૃળત્ ) તેને સરસ્વતી ધી ધી ભરી દે [ ૧ ]

ભાવાર્થ— આપણ કરવાના સમયે અથવા જનસેવા કરતી વેળા અથવા સેવાની માટે પ્રાર્થના કરવાના સમયે કરવાની યોગ્ય લીલાસામાં જે કંઈ શરીરમાં, મનમાં અથવા આત્મામાં દુઃખ થયું હોય તે સરસ્વતી દૂર કરે. ( ૧ )

સપ્ત ધારન્તિ શિર્શને મુહુર્તેતે પિત્રે પુત્રાસો અપ્યર્ચીવૃત્તમૃતાનિ ।

તુમે દર્શ્યોમે અસ્ય રાજત તુમે ચતેતે તુમે અસ્ય પુપ્પતઃ

॥ ૨ ॥

અર્થ— ( મુહુર્તેતે શિર્શને સપ્ત કરન્તિ ) આનુષંગિક બાળકના માટે સાત પ્રાણ અથવા સાત ઉદ્વિગ્ધક્રિયાઓ શ્રવનરસ આપે છે ને પ્રકારે ( પિત્રે પુત્રાસઃ ક્રમ્વાનિ ચપિ ચર્ચાણુતન્ ) પિતાના માટે પુત્ર માર્ય કમી કરે છે ( અસ્ય તુમે દર્શ્ય ) તેની પાસે બે કક્ષિતઓ છે, ( અસ્ય તુમે રાજત ) તેની બે કક્ષિતઓ પ્રકાશે છે, ( તુમે ચતેતે ) બે પ્રપાત કરે છે અને ( અસ્ય તુમે પુપ્પતઃ ) તેનું બે નોપે પશુ કરે છે [ ૨ ]

બાવાર્થ— ચૈતન્યપૂર્ણ બાળકના સાત રૂપો કક્ષિતઓ કાઈ કરે છે તે કક્ષિતઓ તેનું એક પ્રાણ કરે છે કે જેમ બાળક પોતાના પિતાનું કાઈ કરે છે તેની પાસે બે કક્ષિતઓ દોષ છે ને તેજ વધારની કાઈ કરે છે અને પોષણ કરે છે ( ૨ )

### જનમેવા

જનસેવા કરતી વેળા ને કૃત્રિયા છે ( જનાન્ અનુચરતાઃ વદ્ યિસુક્ષ્મે । ૧ ) જનતાની સેવા કરવાના ને રૂપે થાય છે, જે માનસિક અથવા શારિરીક પ્રેરણાઓના પડે છે તે સરવતી એટલે વિચારોની સદાચત્રાથી કર થાય એટલે મનુષ્યે જનતાની સેવા કરતી જોઈએ અને તે પવિત્ર કાઈ કરવામાં ને કૃત્રિયા તો આનંદ સદન કરવા જોઈએ વિદ્યા સારી રીતે પ્રાપ્ત થયા પછી આ સદનશક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે જાની મનુષ્ય એવા કષ્ટોની પર્થ કરવા નથી.

માનવી બાળક તેમજ મોટા બાળકના સરીરમાં સાત કક્ષિતઓ રહે છે શુદ્ધિ મન અને પાંચ ધાનેન્દ્રિય આ સાત કક્ષિતઓ પ્રત્યેક બાળકના જન્મથીજ તેનામાં દોષ છે માનો આ સાત તેના પુત્રો છે, પુત્રની જેમ તેઓ સદાય કરે છે ને મુજબ પુત્ર પોતાના પિતાનું કાઈ પોતાની શક્તિ અનુસાર સદાચત્રાથી કરે છે, તેના મનમાં કોઈ કપટ હોતું નથી, તે જ પ્રકારે આ કક્ષિતઓ તેના કાષી પોતાની શક્તિનુસાર નિષ્કપટ કાનથી કરે છે

તેની પાસે પ્રજા અને જ્ઞાન આ બે વિશેષ પ્રકારનાં જ છે આ બે બે જોઈ તેનું તેજ વધે છે, તે બેના પ્રાર્થો તે પ્રપાત કરી શકે છે અને તે બેની મદદથી તેની પુષ્ટિ થાય છે

આ બધી કક્ષિતઓ વડે મનુષ્યની ઉત્તિ થાય છે તેમની સાથે સરવતી એટલે સારવાળી વિદ્યા રૂપી છે, જે મનુષ્યની સદાચત્ર દેવતા છે માનવી ઉત્તિ આ કક્ષિતઓ વડે થાય છે, એ જાણી મનુષ્ય આ જ્ઞાનમાં રક્ષણ કરે અને પોતાની ઉત્તિ પોતાના પ્રયત્નોથી સિદ્ધ કરે

### બલદાયક અન્ન

કંઠક ૭, સૂક્ત ૫૮

( કાવ - કૌરવિક ૧૨૬૩ - ૧૨૬૪, ૧૨૬૫, ૧૨૬૬ )

હન્દ્રાવરુણા સુતપાવિમં સુતં સોમં પિવતં મઘં ધૃતવ્રતૌ ।

યુવો રથો અધરો દેવવીતયે પ્રતિ સ્વસંસ્પં યાતુ પીતયં

॥ ૧ ॥

અર્થ— હે ( સુતપો ધૃતવ્રતો હન્દ્રાવરુણા ) ઉત્તમ તપ કરનાર, નિયમ અનુસર આચનાર હન્દ્ર અને વરુણ ! ( હમ સુત મઘ સોમ પિવત ) આ નિયોવેશ આનંદ રૂપ નાર સોમરસનું પાન કરે ( યુવો અધર રથ ) તમારો બે નેના અગ્નિ સાતમઃ રથ ( દેવવીતયે, પીતયે પ્રતિસ્વસર અવયાતુ ) દેવપ્રિય અને રક્ષણ કરના માટે પ્રતિધ્વની કરતો આવે [ ૧ ]

इन्द्रावरुणा मधुमत्तमस्य वृष्णः सोमस्य वृष्णा वृषेयाम् ।

इदं वामनन्धः परिपिक्तमासद्यास्मिन्वर्हिषि मादयेयाम्

॥ ૨ ॥

અર્થ— હે ( વૃષણા ઇન્દ્રાવરુણા ) બળવાન ઇન્દ્ર અને વરુણ ! ( મધુમત્તમસ્ય વૃષ્ણઃ સોમસ્ય વૃષેયાં ) અર્થતઃ મધુર બલદયક સોમરસનો વરસાદ વરસાવો અથવા તેનાથી ગલ્ય પ્રાપ્ત કરે. ( इदं परिपिक्तं वां वामनन्धः ) આ રાખેલું તમારા ખંતેનું અન્ન છે. ( आसिन् वर्हिषि आसद्य मादयेयां ) આ આસન ઉપર બેસી આનંદ કરો. [ ૨ ]

આ સૂક્તમાં માણસે કેવી રીતે રહેવું, શું ખાવું અને કયા પ્રકારે આનંદ પ્રાપ્ત કરવો, તે વિષે લખ્યું છે જુઓ—

૧ સુતપૌ— માણસ ઉત્તમ તપ કરનારો હોય, ચીત ઉજ્જ્વલ વગેરે દ્વંદ્વાને સહન કરવાની શક્તિ પોતામાં વધારે,

૨ યુત્તવ્રતૌ— નિયમોનું પાલન કરવું, નિયમ વિરૂદ્ધ આચરણ કદિ ન કરવું, બધાએ પોતાનું આચરણ ઉત્તમ નિયમાનુકૂલ રાખવું.

૩ વૃષ્ણૌ— માણસે બલવાન બનવું, કદિ અશક્ત ન રહેવું

■ ઇન્દ્રાવરુણૌ— માણસે ઇન્દ્ર જેમ શરવીર, ઐશ્વર્યવાન, ધીર, મંલીર, શત્રુઓને હાથી નાખનારા તેનો પરાબલ કરનાર બનવું. વરુણ જેમ શ્રેષ્ઠ અને વરિષ્ઠ બનવું. જે જે ઇન્દ્રના અથવા વરુણના શુભો વેદમાં બીજો વર્ણન કર્યા છે, વાચકે તે શુભો પોતાની અંદર ધારણ કરવા અને ઇન્દ્ર તેમજ વરુણ જેવા બનવાનો પ્રયાસ કરવો.

૫ અથથાઃ રથાઃ— હિંસારહિત, કૃતિષતા વગરનો રથ હોય, એટલે જ્યાં જવું હોય ત્યાં અદિ સા અને અકૃતિલતા— નો સંદેશ સ્થાપન કરવાનો પ્રયત્ન કરવો.

૬ દેવલીતયે— દેવતાની પ્રતિ માટે પ્રયત્નો થના રહે. રક્ષણકૃતિથી નિવૃત્ત થઈ દિવ્યશુભો ધારણ કરવા.

૭ પૌતયે— રક્ષણ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો. આત્મરક્ષણ, સમાજરક્ષણ અને રાષ્ટ્રનું રક્ષણ તેમજ ભોજરક્ષણના પ્રયત્નો થના જોખ્યો.

૮ ઇદં વાં મન્ધઃ— આ તમારું અન્ન છે. હે મનુષ્યો ! આજ અન્ન તમે ખાઓ આ કયું અન્ન છે ? જુઓ આ અન્ન— ( मधं सुतं सोमं ) આનંદ ઉત્પન્ન કરનાર સોમ વગેરે વનસ્પતિઓથી મેળવેલો રસ વગેરે તેમજ ( वृष्णाः मधुमत्तमस्य सोमस्य वृषेयां ) બલવર્ધક તેમજ મધુર સોમાદિ ઔષધિઓના રસથી તમે બધા સોડો પચાવન બની,

આ પ્રકારે દેવોનું વર્ણન પોતાના જીવનમાં ઢળવાના પ્રયત્નો થવાથી વેદનું જ્ઞાન પોતાના જીવનમાં ઉતરે છે અને જે શ્રેષ્ઠ અવસ્થા મનુષ્યને પ્રાપ્ત કરવાની હોય છે તે પ્રાપ્ત થઈ શકે છે આ પ્રકારે દેવતા વર્ણનવાળા વેદમંત્રોનું અધ્યયન કરી વાચકો પુણ્ય બોધ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

કલ્યાણુ પ્રાપ્ત કરે

કાંડ ૭, સૂક્ત ૮

( ગાયઃ— સપરિવ્રજઃ । દેવતા— વૃહસ્પતિઃ । )

मद्रादधि श्रेयः प्रेहि वृहस्पतिः पुरस्ता तै अस्तु ।

अथेममस्या वर आ पृथिव्या आरेशत्रું कणुहि सर्ववीरम्

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( मद्रादधि श्रेयः ) સુખની પાર બ્રહ્મ ( શ્રેયઃ પ્રેહિ ) પરમ કલ્યાણને પ્રાપ્ત થા. ( वृहस्पतिः ते पुरस्ता अस्तु ) જાની તારો માર્ગદર્શક થય. ( अथ ) અને ( मस्याः पृथिव्याः वर ) આ પૃથ્વીના શ્રેષ્ઠ સ્થાનમાં ( इमं सर्ववीरं ) આ બધા વીર સમુદાયને ( आरे-शत्रुं कणुहि ) ઘટુથી દૂર કર. [ ૧ ]

ભાવાર્થ— હે મનુષ્ય ! હું સુખ પ્રાપ્ત કર, સુખ કરનાર જલ્લ જેથી તમારું પરમ કલ્યાણુ વાથ ને માર્ગનું અવલંબન કર અને પરમ કલ્યાણની અવસ્થા પ્રાપ્ત કર આ પૃથ્વી ઉપર જે જે શ્રેષ્ઠ સ્થળો છે, તેમાં બધા પ્રકારના વીરપુરુષો ઉત્પન્ન થાય, તેમના શત્રુ દૂર થાય એટલે બધા રાષ્ટ્રોમાં શાંતિ સ્થાપન થાય. ( ૧ )

અહીં ' યજ્ઞ ' શબ્દ સાધારણ સુખના આરે યોગ્યભેદ છે અપ્રમુદવનો વાચક આ શબ્દ અહીં છે. દુનિયામાં વૈશાલિક આપમેળા જે સુખ પ્રાપ્ત થાય છે, તે સાધારણ સુખ છે. આદર, નિદા, નિર્ભયતા અને કૈશુન સંબંધી જે સુખ છે તે સાધારણ છે. તેમાં જે અંત સુખ છે તેને ' યોગ્યમ્ ' કહે છે, મનુષ્યે આ પુરુષ કરનાર પ્રાપ્ત કરવાના પ્રયાત કરવા જોઈએ. તે આરે જાની ( વૃદ્ધસ્વપતિ ) પુરુષને યજ્ઞ કરી તેની આજ્ઞા અનુસાર ચાલવું જોઈએ જાન પણ તે છે કે જે ( મોક્ષે ધી ) બંધનથી છુટકારા મેળવ્યા આરે સાધનશ્રુત થાય, તે પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ તેનો ઉપદેશ એવો છે કે આ પૃથ્વી ઉપર જે જે રાષ્ટ્રો છે, તે બધા એક રાષ્ટ્રો અને અને બધા આપુરુષો તેજસ્વી વીરશતિગણા નિર્ભય થાય અને ક્રોધ રમાવે તેમના આરે શત્રુ ન રહે. મનુષ્યે એવી અવસ્થા જનનમાં રિચર કરવી જોઈએ.

## ઉત્સાહ

કાંડ ૪, સૂક્ત ૩૧

( ઋષિ - યજ્ઞ, રચના - મનુ ૧ )

સ્વયાં મન્યો સુર્યમારુજન્થો હર્ષમાણ હૃષિતામો મરુત્વન્ ।

તિગ્મેર્ષવ આપુષા સંશિષ્તાન્ ડપ્ પ્ર યન્તુ નરોં અમિરૂપાઃ ॥ ૧ ॥

અમિરિંવ મન્યો ત્વિષિતઃ સંહસ્વ સેનાનીનઃ સહુરે દૃવ ઈંધિ ।

હૃત્વાય શમૂનિ મંજસ્વ વેદુ ઓઝો મિમાનો વિ મૃષોં તુદસ્વ ॥ ૨ ॥

સહસ્વ મન્યો અમિમાતિમુર્મ્મ કુજન્મુળન્મૃગન્મેહિ શર્ત્ત્વન્ ।

તુર્મ્મ તુ વાજોં નન્દ્યા રૂઘ્ને વૃધી વર્ષાં નયાસા એકજ ત્વમ્ ॥ ૩ ॥

અર્થ — હે ( મહાશ્વ મન્યો ) મન્યા જેવી રિયતિમાં પણ ઉદ્ધતાની પ્રેરણા આપનારા ઉત્સાહ ! ( સ્વયા સ્વ-દર્શ્ય આરુજન્થઃ ) તારી મહાશ્વી રથ સાથે શત્રુઓને નાશ કરી પોતે ( હર્ષમાણાઃ હૃષિતાસઃ ) આનંદિત અને પ્રસન્નચિત બની ( આપુષા સ્વ-શિક્ષાનાઃ ) પોતાના શસ્ત્રોને તીક્ષ્ણ બનાવતાં ( તિગ્મ-દૃવશઃ અમિરૂપાઃ નર ) તીક્ષ્ણ શબ્દો-વાળા અમિ જેમ તેજસ્વી નેતાશય ( ડપ્ પ્ર યન્તુ ) હુમલો કરે [ ૧ ]

હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( અમિ જેમ ( રિયિતિત. સહસ્વ ) તેજસ્વી બની શત્રુનો પરાજય કર હે ( સહુરે ) સમર્થ ! ( દૃત. નઃ સેનાની હૃષિ ) બોલાવવાથી અમારી સેનાનો ચાલક થા ( શમૂન્ દર્શવાય ) શત્રુઓને ખારી, ( દેવ વિમંજસ્વ ) ધન વહેતી રે અને ( ઓઝ મિમાનો ) પોતાના બળને ખાપી ( મૃષાં વિ તુદસ્વ ) શત્રુઓને ફર કર [ ૨ ]

હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( અર્મ્મ અમિમાતિં સહસ્વ ) તેના આરે અભિમાન કરનારા શત્રુને પરાજિત કર, ( શમૂન્ રુજન્ મૂળન્ પ્રમૂળન્ મેહિ ) શત્રુના કડક કરતો, ચારવો અને તેમને યકડી નાખતો-દુશ્મનો કર ( તે ડર્મ વાજઃ નતુ વા રુઘ્ને ) તારૂ પ્રભાવશાળી બળ આત્મી શત્રુઓને વેઠી શકે છે હે ( એકજ ) અદિતીય ! ( રવં વર્ષાં વર્ષાં નયાસે ) તું પોતે સર્વથી હોવાના શત્રુએ શત્રુઓને પોતાના તાપે કરી શકે છે [ ૩ ]

વાક્યાર્થ — ઉત્સાહ મનુષ્યને હજારો થવા હોવાનથી જેમના અમા ઉત્સાહ વહે છે, તેમજ શત્રુઓને નશ કરે છે અને પ્રસન્નચિત્તથી પોતાના શસ્ત્રોનો હ મેલો તેવાર કરી પોતાના તેમને વધારવા, શત્રુ ઉપર હુમલો કરે છે ( ૧ )

ઉત્સાહથી તેજ વળે છે, ઉત્સાહથી શત્રુ પરાજિત થાય છે, ઉત્સાહથી પુરુષ સેનાવાલક બને, તો તે શત્રુનો નાશ કરી ધન પ્રાપ્ત કરે છે પછી પોતાનું બળ વધારતો દુશ્મનો ફર કરે છે ( ૨ )

ઉત્સાહથી શત્રુનો પરાજય કર અને શત્રુઓના નાશ ઉત્સાહથી કર ઉત્સાહથી તમારું બળ વધારો અને તમે શત્રુને શરીર શસ્ત્રો, હે શત્રુવીર ! તું પહેલા સંઘમ કર અને અપારે ધ પોતાનો સંઘમ કરીશ ત્યારે ધ શત્રુઓને પણ પરા કરી શકો ( ૩ )

एको बहुनामसि मन्य ईद्विता विश्वविशं युद्धाय सं शिशाधि ।

अकृत्तकृत्वया युजा वयं द्युमन्तं घोषं विजयाय कृमसि

॥ ४ ॥

विजेषकुदिन्द्रं इवानवब्रवोऽस्माकं मन्यो अधिषा भवेद् ।

प्रियं ते नाम सहुरे गृणीमसि विद्या तमुत्सं यत् आब्रूथ

॥ ५ ॥

आभूत्या सहजा वज्र सायक सहો विमर्षि सहभूत उत्तरम् ।

क्रत्वा नो मन्यो सह मेद्येधि महाघ्ननस्य પુરુહૂત સંસૃજિ

॥ ૬ ॥

સંસૃષ્ટં ઘનુપુમયં સમાકૃતમસ્મયં ઘતાં વરુણશ્ચ મન્યુઃ ।

મિયો દધાના હૃદયેષુ યજ્રવઃ પરાજિતાસો અપ નિ લયન્તામ્

॥ ૭ ॥

અર્થ— હે (મન્યો) ઉત્સાહ ! તું (એકા બહુનાં) હિંદિતા અસિ) એકલા જ મહાઓમાં સહાર પામનારો છે. તું (વિશં વિશં) યુદ્ધાય સં શિશાધિ) દરેક પ્રળબનને યુદ્ધ માટે સારી રીતે શિક્ષિત કરે. હે (અ-કૃત્ત-કૃત્) અવદ પ્રકાશવાળા ! (ત્વયા યુજા વયં) તારી મિત્રતા સાથે અમે (દ્યુમન્તં ઘોષં) વિજયાય કૃમસિ) આનાંદ્યુક્ત શબ્દ વિજય માટે કરીએ છીએ. [ ૪ ]

હે (મન્યો) ઉત્સાહ ! (દ્વિન્દ્રઃ) દ્વિવિજેષકૃત્) ઇન્દ્ર જેમ વિજય કરનારો અને (મનવ-બ્રહ્મ) ઉત્તમ વચન બોલનારો થયું (હૃદ અસ્માકં) અધિષાઃ મય) અહીં અમારો સ્થાપી થા. હે (સહુરે) સામર્થ્યસંપન્ન ! (તે પ્રિયં નામ ગૃણીમસિ) તારું પ્રિયનામ અમે ઉચ્ચારીએ છીએ. (તં) ઉત્સં (વિજય) અને તે સ્રોતને બાધીએ છીએ કે (યતઃ) વાઙ્મૂથ) બધાથી તું પ્રગટ થાય છે. [ ૫ ]

હે (વજ્ર સાયક સહમૂત) વજ્રધારી, બાણ ધારણ કરનાર અને સાથે રહેનાર ! તું (આભૂત્યા સહજાઃ) ઐશ્વર્યની સાથે ઉત્પન્ન થનારો (ઉત્તરં સહઃ) વિમર્ષિ) અધિક સાહ્ય બળ ધારણ કરે છે. તે (પુરુહૂત મન્યો) ધણીવાર પેઢારાએલ ઉત્સાહ ! તું (ક્રત્વા સહ) અર્થશક્તિની સાથે (મેદ્યે) મિત્ર બની (મહાઘ્નનસ્ય સંસૃજિ) મેદ્યું ધન પ્રાપ્ત કરનારો, મહાયુદ્ધ ઉત્પન્ન થતાં (પથિ) અમને પ્રાપ્ત થા. [ ૬ ]

(મન્યુઃ) વરુણ. જ) ઉત્સાહ અને શ્રેષ્ઠતાનો ભાવ (ઘનયં ઘન) બને પ્રકારનું ધન એટલે (સંસૃષ્ટં) ઉત્પન્ન કરેલું અને (સં-આકૃતં) સંધર્ષેલું (અસ્મયં ઘતાં) અમને આપ) હૃદયેષુ મિય. દધાનાઃ) હૃદયમાં ભય ધારણ કરનારા સનુઓ (પરાજિતાસઃ) અપ નિલયન્તાં) પરાજિત થઈ દૂર નાસી બળ. [ ૭ ]

વાસ્તવ્ય— સ્વસલે વરુણી પુરુષ ધણુઓમાં એકાદ રોમ છે અને તે કાસિ, રોમ સહાર કામ છે. કમળની વડે એકી બળરત્ના કરવી એકલે કે શત્રૂનો હરોઈ માણસ ઉત્સાહી બને અને જીવનયુદ્ધમાં પોતાનું કાર્ય કરવામાં શક્તિમાન બને ઉત્સાહથી પ્રકાશ વધે છે અને વિજયની ઘોષણા કરવાનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે (૪)

ઉત્સાહ જ ઇન્દ્ર જેમ વિજય કરનારો ॥ ઉત્સાહ કદી નિરાશાના શબ્દો બોલાવતો નથી. માટે અમારા અતરમાં ઉત્સાહનું સ્થાપીત રિયાર બને. અમે તે સમર્થ મહાન પુરુષોનું નામ લઇએ છીએ કે જેમના અતરમાં ઉત્સાહનો સ્રોત વહેતો રહે છે. (૫)

ઉત્સાહના સાથે બધા રાસાઓ તૈયાર રહે છે ઉત્સાહ સાથે બધું ઐશ્વર્ય રહે છે અને ઉત્સાહ જ અધિક બળ ધારણ કરે ॥ આ પ્રશંસનીય ઉત્સાહ હંમેશા અમારા સાથી બને અને તેની સાથે રહેવાથી જીવન યુદ્ધમાં અમારો વિજય થાય. (૬)

ઉત્સાહ અને વરુણના આ બે ગુણ સાથે રહે ॥ અને તે બધું ધન પ્રાપ્ત કરાવે છે. પોતે ઉત્પન્ન કરેલું અને પોતે સંપ્રદ કરેલું ધન તેમનાથી પ્રાપ્ત થાય છે. ઉત્સાહી પુરુષના સનુઓ મનમાં કરી બંધને ધરાજિત થઈ નાસી બળ છે (૭)



## ઉત્સાદ

## પરાનો મૂળમંત્ર

મનુષ્ય દમેશી યથા પ્રાપ્ત કરતી ઇચ્છા કરે છે. પણ ખબા થોડા માણસોને જ ખબર છે કે પોતાના મનમાં ઉત્સાદ રહેવાથી યથા પ્રાપ્ત થવાનો અંશર હોય છે. યથા પ્રિતિનો ખીન્ને કોષ્ટ રહેતો નથી આ સૂક્તમાં એજ 'ઉત્સાદ' ને પ્રેરક દેવાના માત્રી તેનું વર્ણન કર્યું છે. જે વાયકો યથાર્થી થયા છતાં છે તેઓએ આ સૂક્તનું મનન કરતું અને ઉત્સાદને યથા આપનારો જગજી પોતાના મનમાં ઉત્સાદની સ્થાપના કરી દુર્નિવામા યથાર્થી થતું યથાર્થી થવાના ઉપાય જે ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યો છે. તે બધાથી પહેલો જોડા લાગે છે—

સ્વં વર્ણિ ( શબ્દ ) વર્ણં મયાલૈ । ( મં. ૩ )

“ પોતે તું પહેલાં સંધી થા, પોતે પોતાને પહેલા વશ કરના શીખ પણ તું પોતાના શત્રુઓને વશ કરી શકીશ ” શત્રુઓને વશ કરવાનું કામ એટલું કઠણ નથી, એટલું પોતાના હૈવાને વશ કરવાનું કઠણ છે એમો પોતે પોતાના ઉપર કાણ ચલાવતા કીધ્યા, તેમણે અને કે બધા શત્રુઓને વશ કરી લીધા.

બધા ઉદ્ધાર પોતાના હૃદયથી પ્રારભ થાય છે માટે શત્રુને વશ કરવાનું કામ સુદા પોતાના હૃદયથી જ શરૂ કરતું જોઈએ હૃદયની અદર કામ, કોષ્ટ વગેરે અનેક શત્રુઓ છે જેમને પરાજય કરવાથી અથવા તેમને કાણમાં લાવવાથી મનુષ્યનું બળ વધે છે અને પછી તે શત્રુને વશ કરવામાં સમર્થ થાય છે “ પોતે પોતાને વશ કરે ત્યારે તમે શત્રુને વશ કરી શકશો ” આ ઉત્તરિનો નિષ્કર્ષ છે. વાયકો આ નિષ્કર્ષને સારી રીતે ધ્યાનમાં રાખે

## ઉત્સાદનું મહત્ત્વ

વેદમાં 'મન્યુ' શબ્દ ઉત્સાદના અર્થમાં આવેલો છે. તેનો 'ક્રોધ' અર્થ સમજી લેવા લોકો અર્થને અનર્થ કરે છે. આ સૂક્તમાં પણ 'મન્યુ' શબ્દ 'ઉત્સાદ' ના અર્થમાં છે. આ ઉત્સાદ શું કરે છે ? તે જુઓ— જ્યારે આ ઉત્સાદ પોતાના ( જ રવિ ) મનથી રથ ઉપર ચઢે છે, તે વખતે માણસનું ( હર્ષમાણાઃ ) ચિત્ત પ્રસન્ન થાય છે તેમનું ( હૃષિતાસઃ ) મન કદી નિરાશાપુરુષ થતું નથી. આનંદથી

બધા કાર્યો કરવા માટે સમર્થ બને છે. ઉત્સાદથી ( મરત્, उत्तम ) મરવાની અવસ્થામાં પણ ઉડવાની આશા થાય છે, એ તેની આર્ષતિ આવી પડે તો પણ મન દમોદા ઉદ્ધસિત રહે છે, ઉત્સાદના કારણે મનુષ્ય ( અગ્નિરૂપઃ નરઃ ) અગ્નિની જેમ તેજસ્વી બને છે. ( શબ્દ દત્વા ) તેનામાં શત્રુઓને મારવાનું સામર્થ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. જે માણસમાં આ ઉત્સાદ અંતઃક્રિયાઓના ( જ. સેતાનીઃ ) સંચાલક સેનાપતિ, જેવા બને છે ત્યાં ( કોજઃ મિમાન્ ) બળ વધે છે અને ( સ્વઃ ચિત્તુદય ) શત્રુઓને દૂર કરવાની ક્રિયા ઉત્પન્ન થાય છે. ઉત્સાદથી ( ડર્મ પામ ) વિલસણ ઉપ બળ વધે છે, તેની સાથે । નતુ મારદયે । કોષ્ટ શત્રુ દહી શકતો નથી એટલે આ ઉત્સાદી પુરુષ બધા શત્રુઓને રોકી રાખે છે અને પાસે આવવા દેતો નથી રાષ્ટ્રમાં ( વિશં વિશં મુદાય સં વિશાવિ ) પ્રત્યેક માણસને એના ફેળવણી મળવી જોઈએ કે જેથી દરેક માણસ પોતાના જીવન યુદ્ધમાં ખાતરીથી વિજય મેળવવા સમર્થ બને. ( વિજયાય ધોવં હૃષમલિ ) માણસ વિજયનો અર્થ આનંદથી પોકારે અને કદી નિરાશાના કાલમાં ન ફસે. આ ઉત્સાદ ( વિજેષ કલ્ ) વિજય પ્રાપ્ત કરનારો છે. ઇન્દ્રદિ દેવેએ જે વિજય મેળવ્યો તે આજ ઉત્સાદશક્તિના બળના કારણે મેળવ્યો. એક વખત મનમાં જે માણસ પૂર્ણ નિશ્ચાલી બને છે તે પછી જીવતા પણ રહેતો નથી, એટલે જીવન પણ ઉત્સાદના આસરે રહે છે. તેથી અમારા મનનો સ્વામી ( મસાકાં અગ્નિવાઃ ) આ ઉત્સાદ બને અને અમારા મનમાં કદી ઉત્સાદહીનતા ન આવે આ ઉત્સાદ એવો છે કે જેની ( સદ-મૂલ ) સાથે બળ ઉત્પન્ન થતું છે. એટલે જ્યાં ઉત્સાદ ઉત્પન્ન થશે ત્યાં બળ જરૂર ઉત્પન્ન થશે જ. માટે દરેક માણસે મનમાં ઉત્સાદ રિપર રાખવો અને નિરાશાના વિચાર કદી મનમાં આવવા દેવા નહિ. આજ ઉત્સાદથી બધા પ્રકારનું ધન મનુષ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. શત્રુને પરાજિત કરે ॥ અને વિજયી થઈ આ લોકમાં અને પાસેનાં માર્ગ આનંદથી વિચરે છે.

વાયકોએ આપા વિચારો સાથે આ સૂક્તનું મનન કરી શોધ બોધ પ્રાપ્ત કરવો

## ઉત્સાહ

કાંડે ૪, સૂકેત ૩૨

( ક્રતિ:- પ્રજ્ઞા, સ્ફુર્દ્ધ: । દેવતા- મન્યુ: । )

યસ્તે મન્યોઽવિધદ્વજ સાયક સહ ઓજઃ પુષ્પતિ વિશ્વમાનુષક ।

સાહ્યામ દાસમાયં ત્વયા યુજા વયં સહસ્કૃતેન સહસા સહસ્વતા

॥ ૧ ॥

મન્યુરિન્દ્રો મન્યુરેવાસ દેવો મન્યુર્હોતા વરુણો જાતવેદાઃ ।

મન્યુર્વિશં દૈહતે માનુષીર્પાઃ પાહિ નૌં મન્યો તપસા સજોષાઃ

॥ ૨ ॥

અમીંહિ મન્યો ત્વસસ્તર્વાયાન્તપસા યુજા વિ જૈહિ શુશ્રૂન્ ।

અમિત્રહા વૃત્રહા દંસ્યુહા ચ વિશ્વા વસૂન્યા મરા ત્વં નંઃ

॥ ૩ ॥

ત્વં હિ મન્યો અમિમૂત્યોજાઃ સ્વયંભૂમામૌ અમિમાતિપાહઃ ।

વિશ્વચર્ષણિઃ સહુરિઃ સદીયાન્સાસ્વોજઃ પૂર્તનાસુ વેહિ

॥ ૪ ॥

અર્થ— હે ( વજ સાયક મન્યો ) શશાન્નુકત ઉત્સાહ ! ( યઃ તે અવિધત ) જે તારું સેવન કરે છે તે ( વિશ્વં સહ. ઓજઃ ) સર્વ બળ અને સામર્થ્યને ( માનુષક પુષ્પતિ ) નિરંતર પ્રદ કરે છે ( સહસ્કૃતેન સહસ્વતા ) બળને વધારનાર અને ત્રિજાથી ( ત્વયા યુજા ) તારા જેવા સહાયકની સાથે ( વયં દાસં આયં સાહ્યામ ) અમે શસેને અને આયેને પોતાના વશ કરીશું. [ ૧ ]

( મન્યુઃ દ્રૌપદઃ ) ઉત્સાહ જ દ્રૌપદ છે, ( મન્યુઃ યઃ દેવઃ આસ ) ઉત્સાહ જ દેવ છે, ( મન્યુઃ હોતા વરુણઃ જાત-વેદાઃ ) ઉત્સાહ જ દેવવંકતા, વરુણ અને જાતવેદ અસિ છે. તે ( મન્યુઃ ) ઉત્સાહ છે કે જેની ( યાઃ માનુષીઃ વિશ્વાઃ દૈહતે ) જે માનવ પ્રજાઓ છે તે બધી પ્રશંસા કરે છે હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( સજોષાઃ તપસા નઃ પાહિ ) પ્રીતિથી યુક્ત થઇ તું તપ વડે અમારું રક્ષણ કર. [ ૨ ]

હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( ત્વસઃ તર્વાયાન્ અમીંહિ ) મહાનર્મા મહાન શક્તિવાળો તું અહીં આવ. ( તપસા યુજા શુશ્રૂન્ વિજૈહિ ) પોતાના તપના સામર્થ્યથી યુક્ત બની શત્રુઓનો નાશ કર. ( અમિત્રહા, વૃત્રહા, દંસ્યુહા ત્વં ) શત્રુઓનો નાશક, આવશ્ય કરનારાઓનો નાશક અને શત્રુઓનો નાશક તું ( નઃ વિશ્વા વસૂનિ આ મરા ) અમારા માટે બધા ધનો ભરી દે. [ ૩ ]

હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( ત્વં હિ અમિમૂતિ-ઓજાઃ ) તું જ ત્રિજાથી બળથી યુક્ત, ( સ્વયં-ભૂઃ મામઃ ) પોતાની શક્તિથી વધનાર, તેજસ્વી, ( અમિમાતિ-પાહઃ ) શત્રુઓનો પરાજય કરનાર, ( વિશ્વચર્ષણિઃ સહુરિઃ ) બધાને નિરીક્ષક, સમર્થ ( સદીયાન્ ) અને બલિષ્ઠ યા. તું ( પૂર્તનાસુ અસ્માસુ ઓજઃ વેહિ ) યુદ્ધમાં અમારી અંદર શક્તિ રચાવન કર. [ ૪ ]

ભાવાર્થ— જેની પાસે ઉત્સાહ હોય છે, તેને બધી ભત્તું બળ અને શશાન્નુક સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે અને તે દરેક પ્રશ્નના યત્નને વશ કરી શકે છે. ( ૧ )

૧૬, વરુણ, અસિ વગેરે બધા દેવતાઓ આ ઉત્સાહના કારણે જ મોટા શક્તિશાળી થયા છે. મનુષ્યો પણ આ ઉત્સાહની પ્રશંસા કરે છે, કારણ કે આ ઉત્સાહ પોતાની શક્તિથી બધાને બચાવે છે. ( ૨ )

ઉત્સાહથી બળ વધે છે અને શત્રુઓ પરાજય પામે છે, કાંક, ચોર-લુટારાઓ, દુષ્ટ, દુર્જનોને દૂર કરી શકાય છે અને બધા પ્રશ્નનું ધન પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ( ૩ )

ઉત્સાહથી બળ પ્રાપ્ત થાય છે, શત્રુઓનો પરાજય થાય છે, પોતાનું સામર્થ્ય વધે છે, તેજસ્વીતા પ્રસરે છે અને દરેક પ્રશ્નનું બળ વધે છે તે ઉત્સાહનું બળ શુદ્ધતા વળતે અમને પ્રાપ્ત થાય ( ૪ )

અમાગઃ સન્નપ પરંતો અસ્મિ તવ કૃત્વા તવિપર્સ્ય પ્રચેતઃ ।

તં ત્વાં મન્યો અકૃતુર્જિદીહાદ્ સ્વા તન્નર્મલદાવાં નૃ પદિં

॥ ૫ ॥

અર્થ તં અસ્મ્યુર્પ નૃ પદ્યર્વાદ્ પ્રતીચીનઃ સંદુરે વિશ્વદાવન ।

॥ ૬ ॥

મન્યોં વચ્ચિન્નમિ નૃ આ વંદ્યસ્વ દનાં વૃ દસ્યૃત્ત વૅધ્યાપઃ

અભિ પ્રેદિં દક્ષિણતો મંચા નોડધાં વૃત્રાણિં જહ્નનાં મુરિં ।

॥ ૭ ॥

જહ્નોમિં તે ધર્ણં મન્યો અર્ધમુમાર્ણુપાંશુ પ્રયમા પિવાન

અર્થ— હે ( પ્રચેતઃ મન્યો ) જાનવાન ઉત્સાહ ! હું ( તવ તવિપર્સ્ય અમાગઃ સન્ ) તારા બળને ભાગ ન પ્રાપ્ત કરવાના કારણે ( કૃત્વા મવ પરંતઃ અસ્મિ ) કર્મશક્તિથી દૂર થયો છું. આ ( અકૃતુર્ અહં ત્વા જિદીહ ) કર્મદોન જેવો થમ હું તારી પાસે પ્રાપ્ત થયો છું. આટલું ( નૃ સ્વા તન્નૃઃ વલદાવાં નૃ પદિં ) અમને પોતાના શરીરના બળનું દાન કરતો તું પ્રાપ્ત થા. [ ૫ ]

હે ( સદુરે ) સામર્થ્યવાન ! હે ( વિશ્વદાવન ) સર્વરૂપ આપનાર ! ( અર્થ તે અસ્મિ ) આ હું તારો જ છું. ( પ્રતીચીનઃ ના અર્વાદ્ ઉપ પદિં ) પ્રત્યક્ષ અમારી પાસે આવ. હે ( મન્યો ) ઉત્સાહ ! ( વચ્ચિન્ન ) હે સ્વેધ દારણ કરનાર ! ( નૃઃ અમિ ના વદ્યસ્વ ) અમારી પાસે પ્રાપ્ત થા ( આપેઃ વૅધ્યાપ ) મિત્રને ઓળખ ( વત દસ્યૃત્ત દનાં વૃ ) અને અમે શત્રુઓને ખારીએ. [ ૬ ]

( અમિ પ્રેદિં ) આગળ વધ. ( નૃ દક્ષિણતઃ મંચા ) અમંદરી જમણી બાજુએ થા, ( અમવ નૃ મુરિં વૃત્રાણિં જંઘનાં વૃ ) અને અમારા બધા પ્રતિજ્ઞાધોને મટાડી દે. ( તં મચ્ચા અર્ધ મર્જન ) તારા મધુર રસને સુખ્ય દારણ કરનારાને ( જહ્નોમિ ) હું રીકાર કર છું. ( અર્ધ ઉપાંશુ પ્રયમા પિવાન ) અમે બને બધાથી પહેલાં ઓળખતાં તે રસનું પાન કરીએ. [ ૭ ]

આવાર્થ— એવી પાસે આ ઉત્સાહ નથી દોતો, તે કર્મશક્તિથી હીન બની નવ્ય છે. આટલે રીક મનુષ્યે પોતાના મનમાં ઉત્સાહ દારણ કરેલા અને બળવાન બનવું ( ૫ )

ઉત્સાહથી બધા પ્રકારનું બળ પ્રાપ્ત થાય છે. આ ઉત્સાહ અમારા મનમાં આવતી રીકર રહે અને તેની સહાયતાથી અમે મિત્રોને વવારીએ અને શત્રુઓને દૂર કરીએ ( ૬ )

ઉત્સાહ દારણ કરી આગળ વધે શત્રુઓને પરાજિત કરે અને મધુર ભાગ પ્રાપ્ત કરે. ( ૭ )

### ઉત્સાહ દારણ કરેલા

આ પહેલાના સૂક્તમાં કરેલું ઉત્સાહનું વર્ણન આ સૂક્તમાં બીજી રીતે કર્યું છે. જે પુરુષમાં ઉત્સાહ હોય તો નથી તે અભાગી હોય છે, એમ આ સૂક્તના અર્થમાં થતો જણાય છે, તે મન અહીં ભેદા જેવો છે—

અમાગઃ સન્નપ પરંતો અસ્મિ તવ કૃત્વા તવિપર્સ્ય । ( મં. ૫ )

ઉત્સાહના બળને ભાગ પ્રાપ્ત ન થવાના કારણે હું કર્મશક્તિથી દૂર થયો છું અને અભાગી મન્યો છું. ઉત્સાહદોન થવાથી જે મેં હું નુકસાન થાય છે તે આ છે. ઉત્સાહ ઓછો થતાં જ નામ ઓછું થય છે, નામ ઓછું થતાં પુરુષાર્થશક્તિ ઓછી થાય છે, પુરુષાર્થ ઓછો થવાથી ભાગ્ય નષ્ટ થઈ જાય છે, એવી રીતે ઉત્સાહદોન બાજુસ નષ્ટ થઈ જાય છે.

પણ જે સમયે મનમાં ઉત્સાહ પડી જાય છે, તે વખતે તે ઉત્સાહી બાજુસ ( સ્વયમ્ ) પોતે પોતાના અવ્યયનું સાધન કરવા હાથે છે, પોતે પ્રયત્ન કરવાના કારણે ( આમાઃ ) તેજસ્વી બને છે, ( અગ્નિમાર્ગિ-સ્વાહ ) શત્રુઓને જીતે છે અને ( અમિ મુતિ મોઝાઃ ) નિરોધ સામર્થ્યથી મુક્ત થાય છે. આ સૂક્તમાં વર્ણન કર્યા મુજબની પણ વધારે તેનું સામર્થ્ય વધી જાય છે. જે બાજુસ અવ્યય અને નિરોધેય પ્રાપ્ત કરવા કમળ છે, તેણે ઉત્સાહ અવરૂપ દારણ કરેલા એમ તેનો આશય છે. ઉત્સાહદોન બાજુસ આટલે આ દુનિયામાં કાલ રથાન નથી અને ઉત્સાહી પુરુષ આટલે કાલ વાત અચકચ

નથી વાયકોએ આ ધ્યાનમાં રાખી મનમાં ઉત્સાહ રાશરવે અને પુરુષાર્થ પ્રવર્ત કરી બધા પ્રકારનું યશ પ્રાપ્ત કરવું અને હહ-પરલોહમાં આદર્શ પુરુષ બનવું

ઉત્સાહ મનમાં રહે છે, એ ઇદ્રનો સ્વભાવ ધર્મ છે વેદના છંદ સૂકતોમાં ઉત્સાહ વધારતાં વર્ણન છે જે માણસો પોતાનામાં ઉત્સાહ વધારવા ઇચ્છે છે તેમણે છંદ સૂકતો વાંચી તેમનું મનન કરવું તેના ઉત્સાહના કારણે છંદ ન થાકતાં શ્રુતોને પરાજય કરે છે, આ તેના ઉત્સાહના કારણે છે આ સૂકતમાં પણ એજ અર્થનો એક મંત્ર છે, જેમાં કહ્યું છે કે ' આ ઉત્સાહના કારણે હૃદ પ્રભાવશાળી બન્યો છે માટે વાયકો ઇદ્રના સૂકન મનનપૂર્વક જોશે તો તેમને ખમર પડશે કે ઉત્સાહ શી વસ્તુ છે અને તે શું કરી શકે છે ઉત્સાહ વધારવા માટે ઉત્સાહી પુરુષોને સહવસ કરવો જોઈએ ઉત્સાહી મથ વચિત્તા જોઈએ અને કોઇ વખતે નિરૂત્સાહનો વિચાર મનમાં આવે તો તેને દૂર કરી તે ઠેકાણે ઉત્સાહને વિચાર સ્થિર કરવો જોઈએ જરાપણ નિરૂત્સાહ મનમાં ઉત્પન્ન થય તો દૂંક સમયમાં તે હૃદ બની વધી જાય છે અને મનને મનોન કરે છે માટે ઉત્તિની ઇચ્છા કરનારા પુરુષોએ આ રીતે પેતાના મનનું રક્ષણ કરવું ચોગ્ય છે

## નિર્ભયજીવન

કાંડ ૨, સૂકત ૧૫

( ઋષિ - ઋણા । દેવતા - પ્રાણ, અવાન, ભાણુ । )

યથા દ્યૌઃ પૃથિવી ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૧ ॥
યથાદૃશ રાત્રી ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૨ ॥
યથા દ્યૌષ્ઠ ચન્દ્રશ્ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૩ ॥
યથા વ્રહ્મં ચ હ્રત્ત ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૪ ॥
યથા સત્યં ચાનૃતં ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૫ ॥
યથા મૃતં ચ મવ્ય ચ ન વિમીતો ન રિષ્યતઃ ।	एवा मे प्राण मा विभेः	॥ ૬ ॥

અર્થ— ( યથા દ્યૌઃ ચ પૃથિવી ચ ) જે પ્રકારે દ્યૌઃ અને પૃથ્વી ( ન વિમીત ) ગણના નથી તેથી ( ન રિષ્યત ) નષ્ટ થતાં નથી, ( એવા ) તેમજ ( મે પ્રાણ ) હે મારા પ્રણી ( મા વિભ ) તું ગમરાતો નહિ ( ૧ ) જે પ્રકારે ( યથા જ રાત્રી ચ ) વિષ અને રાત ડરતાં નથી તેથી તેમનો વિભાજ થતો નથી. ( ૨ ) જે પ્રકારે સૂર્ય અને ચંદ્રમા. ( ૩ ) જાણ અને ક્ષત્ર. ( ૪ ) સત્ય અને અનૃત. ( ૫ ) જૂત અને અનિષ્ઠ કરતાં નથી તેથી તે વિનાશ પામતાં નથી, તેજ પ્રકારે હે મારા પ્રણી તું ડરતો નહિ [ ૬ ]

ભાષાંત — દ્યૌઃ, પૃથ્વી, દિવસ અને રાત્રી સૂર્ય-ચંદ્ર બ્રહ્મ અને ક્ષત્ર, જ્ઞાની શર સત્ય અને અનૃત, જૂત અને અનિષ્ઠ વગેરે બધા કોઈથી ડરતાં નથી તેથી વિનાશ પામતાં નથી તેથી જોશ અને કે જે નિર્ભયજીવિની રહેવાળી વિનાશથી બચવાનો સમય છે તેથી હે પ્રાણ તુ આ રીતેના નિર્ભયજીવિ માટે રહે અને અપમૃત્યુ બધ દૂર કર ( ૧-૬ )

## નિર્ભયજીવન

### નિર્ભયતાથી અમરજીવ

‘ને’ ડગા નથી, નિર્ભયતાથી પોતાનું કાવું કરે છે તે નાસને પ્રાપ્ત થતા નથી. ‘એવો આ સ્વતંત્રો મુખ્ય ઉપદેશ છે. ઉશાદરખાય’ વૌ, પ્રધિતી, દિવસ-રાત, સુરજ-ચંદ્રમા એમના તાપો સકતમાં આપ્યાં છે. દિવસ અને રાત્રી તેમજ સુરજ અને ચંદ્રમા કોઈનું કાવું ન ગમતાં નિઃપ્રકાશનપણે પોતાના કાળોં કમોં કરે છે સમય થતાં જ ઉમરું બધવા આપજીવ વગેરે તેમના બધા કાવોં થયાકમ સામે છે. કોઈની પલાં કરતા નથી, કોઈની સીદારસ સાંભળતા નથી, કોઈની ઉપર કોપ બધવા દયા કરતા નથી, પોતાનું નિમિત્ત યજ્ઞેણ કાવું કરતાં જાય છે. તેથી તે કોઈથી ડરતા નથી અને પરિણામે વિનાશ પામતાં નથી. ખાટે ને અનુબધ નિરૂ જની પોતાનું કાવું કરશે તે પણ વિનાશને પ્રાપ્ત નહિ થાય. (૧-૩)

### શ્રદ્ધા-દાન

પછી એ યા મંત્રમાં ‘શ્રદ્ધા અને દાન’ નો ઉલ્લેખ છે. તેના અર્થ ‘જ્ઞાન અને શૌર્ય’ છે અથવા જ્ઞાની શ્રાવણ અને ધરતીરક્ષણ એવો પણ છે સૂર્ય-ચંદ્ર વગેરેના ઉદાહરણો સામે રાખી શ્રદ્ધા અને દાન એ શક્તિયો કોઇ માણસથી ન ડરતાં પોતાનું કાવું કરીને અંતરે રહે છે એ બધું અને દાન એવો ન ડરતાં પોતાના કાવું કરીને કમોં કરીને તે પોતાના યજ્ઞ પડે આ સમય સુધી જીવના દવા છે અને પછી પણ તેઓ માર્ગદર્શક બનશે. એવા બાદશાં શાહજો અને શક્તિયોનું ઉદાહરણ સમુખ રાખી બીજા લોકો પણ બધા છોડી પોતાની કાવું કરીને તેઓ પછી અમર બનશે જ.

### સત્ય અને અનૃત

સત્ય અને અનૃત પણ આ પ્રકારે જ કોઈની કંઈ અપેક્ષા કરતાં નથી, ને સત્ય હોય તેજ સત્ય હોય છે, અને ને અસત્ય હોય તેજ અસત્ય હોય છે કેટલીક વખતે સચાધારી અધિકારી પોતાના અધ્યક્ષતાના અધિકારના સામર્થ્યના કારણે સત્યને અસત્ય અને અસત્યને સત્ય કરી નાંખે છે પણ તે વાત દૂર સમયમાં પ્રગટ થઈ જાય છે અને અધિકારી-ઓની પોસ પણ તે સાથે ખુલ્લી પડે છે. ખાટે શક્તિમાન કોઈના દબાવના કારણે કંઈક થઈ જાય તે વાત જુદી પણ અતે સત્ય અને અસત્ય પોતાનું અસત્ય રૂપ પ્રગટ કરે છે,

તેમ થવા વગર રહેતું નથી. ખાટે દમોદા સત્યપદ્ધતિ અવલંબન કરતું જોઈએ જેથી અનુબધ નિર્ભય બની અનૃતપદનો અનિકારી થાય છે.

### જૂત અને ભવિષ્ય

હજી મંત્રમાં જૂત અને ભવિષ્ય આ બે કાળો વિશે કહ્યું છે કે કોઈથી ડરતા નથી. આ વાત તદ્દન સાચી છે, બધાનું ડરતું વર્તમાન કાળમાં જ હોય છે. ને ડરાવનાર બાદશાહો દના, જેમણે પોતાની તરવારની બીનિથી લોકોને સતાવ્યા દના. તે દરે જૂતકાળમાં મયા છે તેમની ભીતિ હવે રદી નથી અને તે પોતાના અસત્યરૂપે જનતાના સામે ઉભા થઈ મયા છે, સામાન્ય ઇતિહાસતરવનો વિચાર કરતાં, ઇતિહાસનું જ્ઞાન ધરાવતો માણસ પણ તેમને દોષી ડરવે છે અને તે બધું તેનું કંઈ બચાવી શકતો નથી. કારણ કે તેઓ જૂતકાળમાં દલાઈ મયા તેથી મહાન પ્રતાપી સમ્રાટ પણ જૂતકાળમાં દબી મયા પછી એક માણસી માણસની જેમ અસહાય બને છે, એટલે જૂતકાળનો પ્રભાવ છે. વાચકોએ આ કાળના પ્રભાવને જોવો, સમર્થમાં સમર્થ પણ બચારે આ જૂતકાળમાં દલાઈ જાય છે, ત્યારે તેનું સામર્થ્ય કશું રહેતું નથી. પરંતુ ને ધર્માત્મા સત્યરૂપ સાધનિક હોય છે તેમની શક્તિ આ જૂતકાળથી વધતી જાય છે. સવજનું પશુંબસ તે સમયે બધાને જ દબાવતું પણ જનતાનું સમર્થકજનું આદિમકાળ તે સમયે વિજયી થાય. એટલું જ નહિ પણ આને પણ અનંત લોકોને તે માર્ગદર્શક થઈ રહ્યું છે. આ જૂતકાળનો મહિમા જુઓ જૂતકાળ નિરૂ છે, તેને કોઈની પલાં હોતી નથી તે બધાને તેમના અસત્ય રૂપમાં બધાની સામે ઉભા પાડે છે.

ભવિષ્યકાળ પણ આજ પ્રકારે છે. નજીબાએ ને ભવિષ્યમાં પણ પોતાનો સત્યપદ્ધતિ વિચારી થવાની આજ્ઞા રહે છે. અધર્મના કાસનની આંદર દબાએલા લોકો ભવિષ્યકાળ તદ્દન જોઈ જીવતા રહે છે. કારણ કે વર્તમાનકાળની ભીતિ ભવિષ્યમાં હોતી નથી, જેમ જૂતકાળની ભીતિ આજે નથી જૂત અને ભવિષ્ય આ બે કાળોને નિરૂ બનવાનું તત્ત્વસાચું છે કે જે તે હવે વાચકો જાણી મયા હશે કેવળ સત્યનો જ જય થાય છે, આ વાત સમજવી અને સત્યના આધારે માણસે પોતાના બધાંદાર કરવા અને નિરૂ બની કાવું પોતાનું કરવું.

અભયવિશિષ્ટી જ અમરપદ્ધતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

## આત્મ સંરક્ષણનું બળ

કાંડ ૨, સૂકત ૧૭

( ત્રણિ- નણા : દેવતા- પ્રાણ, અપાન, બાયુ : )

ઓજોઽસ્યોજો મેં દુઃ સ્વાહા ॥ ૧ ॥ સહોઽસિ સહો મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૨ ॥  
 ચલંમસિ ચલં મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૩ ॥ આયુરંસ્યાયુર્મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૪ ॥  
 શ્રોત્રંમસિ શ્રોત્રં મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૫ ॥ ચક્ષુરંસિ ચક્ષુર્મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૬ ॥  
 પરિપાળંમસિ પરિપાળં મે દુઃ સ્વાહા ॥ ૭ ॥

અર્થ— ( ઓજઃ સસિ ) ટું શારીરિક સામર્થ્ય છે, ( મે ઓજઃ દુઃ ) અને શરીર સામર્થ્ય આપ ( ૧ ) ટું  
 ( સહઃ સસિ ) સહનશક્તિથી પુકત છે, ( મે સહઃ દુઃ ) અને સહનશક્તિ આપ ( ૨ ) ટું મનસ્યુ છે અને બળ આપ,  
 ( ૩ ) ટું ( બાયુ. સસિ ) બાયુ એટલે જીવનશક્તિ છે અને તે જીવનશક્તિ આપ. ( ૪ ) ટું ( શ્રોત્રં ) શ્રવણશક્તિ છે,  
 અને શ્રવણશક્તિ આપ. ( ૫ ) ટું ( ચક્ષુઃ ) દર્શનશક્તિ છે અને દર્શનશક્તિ આપ. ( ૬ ) ટું ( પરિપાળં સસિ ) સર્વ  
 પ્રકારનું આત્મરક્ષણ કરવાની શક્તિ છે અને આત્મસંરક્ષણ કરવાની શક્તિ આપ. ( સ્વા-હા ) હું આત્મસમર્પણ  
 કરું છું [ ૭ ]

ભાષા— હે ઇશ્વર ! હું સામર્થ્ય, પ્રશક્તિ, બળ, જીવન, શ્રવણ, દર્શન અને પરિપાલન એટલી શક્તિઓથી યત્ન કરું,  
 માટે મને તે શક્તિઓનું પ્રદાન કરે ( ૧-૭ )

## કપ્પો દૂર કરવાનો ઉપાય

કાંડ ૬, સૂકત ૨૫

( ત્રણિ- શુભઃ શોષ : દેવતા- મન્વોક્તા : )

પશ્વં ચ યાઃ પશ્ચાશ્વં સંયન્તિ મન્યા અમિ । દ્રવસ્તાઃ સર્વા નદ્યન્તુ વાકા અપચિતામિવ ॥ ૧ ॥  
 સસ્રં ચ યાઃ સપ્તતિથં સંયન્તિ પ્રૈથ્યા અમિ । દ્રવસ્તાઃ સર્વા નદ્યન્તુ વાકા અપચિતામિવ ॥ ૨ ॥  
 નવં ચ યા નવતિથં સંયન્તિ સ્કન્ધ્યા અમિ । દ્રવસ્તાઃ સર્વા નદ્યન્તુ વાકા અપચિતામિવ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( પંશ્વં ચ યા. પશ્ચાશ્વં ચ ) પશ્ચિ અને પશ્ચિમ ને પીઠાઓ ( મન્યાઃ અમિ સંયન્તિ ) ગણના  
 બાગમાં હોય છે, ( સસ્રં ચ યા સપ્તતિથં ચ ) સાત અને સીતર ને પીઠાઓ ( પ્રૈથ્યાઃ અમિ સંયન્તિ ) કંઠના બાગમાં  
 હોય છે, તેમજ ( નવં ચ યા નવતિથં ચ ) નવ અને નેત્રુ ને પીઠાઓ ( સ્કન્ધ્યાઃ અમિ સંયન્તિ ) ખભા ઉપર  
 હોય છે ( દ્રવઃ તા સર્વા ) અદીથી તે અધી પીઠાઓ ( નદ્યન્તુ ) નદી થઈ જાય. ( અપચિતાં વાકાઃ દ્રવઃ ) ને  
 પ્રકારે પૂજનીય સન્નિવેશની સામે સાધારણ લોકોનું વચન નદી થાય છે. [ ૧-૩ ]

મનુષ્ય શુદ્ધ અને અને તોતાની શુદ્ધતાથી પોતાના કપ્પો, આપતિઓ, દુઃખો દૂર કરે. ને પ્રકારે યાત્રીની સામે  
 મુખનું વક્રવત્ત આસતું નથી, તે પ્રકારે પવિત્ર માણસની પાસે રોગ અને દુઃખ ઉભા રહેતા નથી.

## અદ્રોહનો માર્ગ

કાંડ ૬, સૂક્ત ૭

(કપિ- ભવર્ષા । દેવતા- સોમ, વિશેદેવા )

येन सोमादितिः पथा मित्रा वा यन्त्यद्बुद्धः । तेन नोऽवसा मदि ॥ १ ॥  
 येन सोम साहन्त्यासुराग्रन्थयासि नः । तेना नो अर्थि वोचत ॥ २ ॥  
 येन देवा असुराणामोर्जास्यवृणीषम् । तेना नः शर्म यच्छत ॥ ३ ॥

અર્થ— હે ( સોમ ) શાંતદેવ । ( યેન પથા અદિતિઃ ) જે માર્ગથી આ પૃથિવી ( વા મિત્રાઃ અદુહઃ યન્તિ ) અથવા સુધં વગેરે દેવો પરસ્પર દ્રોહ ન કરતાં આવે છે, ( તેન અવસા ન કાગદિ ) તે રસ્તે પોતાના રક્ષણ સાથે અમને પ્રાપ્ત થા [ ૧ ]

હે ( સાહન્ય સોમ ) વિજ્યા સુક્રિથી સુકત સોમ । ( યેન અસુરાન્ નઃ રન્થયાસિ ) જેથી અસુરોને અમારા મારે તું નષ્ટ કરે છે, ( તેન ન અર્થિ વોચત ) તે સમિત સાથે અમને આશીર્વાદ આપ [ ૨ ]

હે ( દેવા ) દેવો ! તમે ( યેન અસુરાણાં ઓર્જાસિ અવૃણીષ્વ ) જેથી અસુરાના બગેાનું નિવારણ કરો છો, ( તેન નઃ શર્મ યચ્છત ) તે બળ વડે અમને સુખ આપો [ ૩ ]

## આર્થના

## અદ્રોહનો વિચાર

હે શાંત અને સુખદાયક ઇશ્વર, ! જે તારા મુનિયમના કારણે સુરજ, ચંદ્રમા બધા વિવિધલોક સોમનર એક બીજાની સાથે ન અથડાતાં પોતાના માર્ગથી ભ્રમણ કરતાં કાચં કરી રહ્યા છે, તે બળ અમને આપ તે બળથી મુક્ત, તે વિચારથી મુક્ત થઇ અમે એક બીજાની સાથે આપસમાં વિરોધ અથવા લડાઇ ક્યાં વચર અને પોતાનું સહમળ વધારતા, અમે પોતાનું ઉત્તમ રક્ષણ કરી શકીશું તેથી ' અદ્રોહનો વિચાર ' અમારામાં સ્થિર થઇ જાય.

## બળની વૃદ્ધિ

હે ઇશ્વર ! જે બળથી તું અસુરો, રાક્ષસો અને દસ્યુઓને નષ્ટ કરે છે, તે બળનું હાન કરવાનો આશીર્વાદ અમને આપ એટલે તે બળ અમને પ્રાપ્ત થાય અને તે બળ પ્રાપ્ત થવાથી અમે પહેલાં કહેલાં શત્રુઓને હાર કરી શકીશું.

હે ઇશ્વર ! જે બળથી શત્રુઓના બળોને રોકી શકાય છે, તે બળ અમને પ્રાપ્ત થાય અને તે હાર અમને સુખ પ્રાપ્ત થાય.

## ત્રણ ઉપદેશ

આ સૂક્તમાં = ( ૧ ) આપસમાં અદ્રોહનો બંધાર કરવો, ( ૨ ) પોતાનું બળ વધારવું અને ( ૩ ) શત્રુઓના બળોને રોકવું અથવા પોતાનું બળ તેમનાથી પ્રમાવશાળી કરવું ' આ ત્રણ ઉપદેશ છે તેથી નિ સંશય સુખ પ્રાપ્ત થઇ શકો છો. આ સૂક્તમાં આ બળોની પ્રાપ્તિ ઇશ્વરને કરી છે, તે કારણે આ ઉત્તમ પ્રાપ્તિના સૂક્ત ૧૧ તેમાં બળવાચક બે શબ્દો છે, ' સહઃ અને ઓર્જા ' તેમાં ' સહઃ ' શબ્દ આત્મિક અને આત્મિકબળનો ભોધક અને ' ઓર્જા ' શબ્દ શારીરિક અથવા પાશ્વર્થીબળનો વાચક છે એટલે આપણું સર્વ પ્રકારનું બળ વધે, એવો આ પ્રાપ્તિનો ભાગ છે.

## સત્યનો વિજય

કાંડ ૫, સૂકત ૧૫

( અર્થ:- વિશ્વામિત્ર: । દેવતા- વનસ્પતિ: । )

एकां च मे दशं च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ १ ॥
द्वे च मे विंशतिश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ २ ॥
तिस्रश्च मे त्रिंशश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ३ ॥
चतस्रश्च मे चत्वारिंशश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ४ ॥
पञ्च च मे पञ्चाशश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ५ ॥
षट् च मे षष्टिश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ६ ॥
सप्त च मे सप्ततिश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ७ ॥
अष्ट च मेऽशीतिश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ८ ॥
नव च मे नवतिश्च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ९ ॥
दश च मे शतं च मेऽपवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ १० ॥
शतं च मे सहस्रं चापवृत्तारं ओषधे । ऋतं जातु ऋतावरि मधु मे मधुला करः ।	॥ ११ ॥

અર્થ— હે ( ઋતાવરિ ઋતજાતે ઓષધે ) સત્યપાલક અને સત્યથી ઉત્પન્ન ઔષધિ । ૧ ( મધુલા ) મધુરતા ઉત્પન્ન કરનારી યષ્ઠ ( મે મધુકર: ) મારા માટે બધે જ મધુરતા કર. ( મે એકા ચ દશ ચ અપવૃત્તાર: ) મારા માટે એક અથવા દસ નિંદકો બધે હોય. તેજ પ્રકારે ( દ્વે વિંશતિ: ચ ) બે અને વીસ, ( તિસ્ર: ત્રિંશત્ ચ ) ત્રણ અને તીસ, ( ચતસ્ર ચત્વારિંશત્ ચ ) ચાર અને આવીસ, ( પંચ પંચાશત્ ) પાંચ અને પચાસ, ( ષટ્ ષાષ્ટિ: ચ ) ૬ અને સાઠ, ( સપ્ત સપ્તતિ ચ ) સાત અને સત્તર, ( અષ્ટ અશીતિ: ચ ) આઠ અને એસી, ( નવ નવતિ: ચ ) નવ અને નેવું, ( દશ દશત્ ચ ) દસ અને સો, ( શતં સહસ્રં ચ ) સો અને હજાર ( અપ વૃત્તાર: ) નિંદકો બધે ઉભા હોય અને અને પ્રતિબંધ કરવાનો પ્રયત્ન બધે કરે, હું સત્યમાર્ગથી જ તેમનો પ્રતિકાર કરીશ. તેથી બધે જ મારા માટે મધુરતા પ્રસરે. [ ૧-૧૧ ]

## સત્યથી યશ

આ સૂકતમાં ઋતાવરિ ઋતજાતિ ઔષધિનું નામ છે. આ કંઈ ઔષધિ નથી તે ખબર નથી. પરંતુ અમને તો આ સૂકતમાં એમ જણાય છે કે અહીં કોઈ ઔષધિપ્રયોગ કહેવાનો નથી પરંતુ જે નિંદકો, શત્રુઓ છે તેમને સત્યપાલન અને સત્યવ્યવહાર વડે જ સરળ બનાવવા અને સત્યનું મહત્ત્વ સિદ્ધ કરવું એ બતાવ્યું છે. સત્યપાલન કરનારાઓ માટે ખીજ જ દિશાઓ મધુરતાપુષ્પ તથા જળ છે, એટલે તેના માટે કોઈ વિરોધી રહેતું નથી. સત્યપાલન કરનારો માણસ શત્રુરહિત બની જાય છે, માને ‘ સત્યપાલનનું પ્રાણ ’ જ બધા હેતોને ધોનારી રોષધી અથવા ઔષધિ છે. આ સૂકતમાં કહેવી સંખ્યાઓનો કાવ્ય બ્યાનમાં આવતો નથી.



## સમૃદ્ધિની પ્રાપ્તિ

કાંડ ૪, સુક્રત ૩૬

( કવિઃ- અધિરા । દેવતાઃ- નાના દેવતાઃ, ધનતાઃ । )

પૃથિવ્યામગ્રયે સમનમન્ત્સ આપ્નોત્ । યયાં પૃથિવ્યામગ્રયે સમનમન્ત્રેવા મહા સુનમઃ સ નમન્તુ ॥ ૧ ॥

પૃથિવી ધેનુસ્તસ્યા અપિર્વત્સઃ । સા મેઽપ્તિનાં વૃત્તેનેપમૂર્જે કાર્મ દુહામ્ ।

આપુઃ પ્રથમં પ્રજાં પોર્વે રયિં સ્વાહાં

॥ ૨ ॥

અન્તરિક્ષે વાયવે સમનમન્ત્સ આપ્નોત્

યથાન્તરિક્ષે વાયવે સમનમન્ત્રેવા મહા સુનમઃ સ નમન્તુ

॥ ૩ ॥

અન્તરિક્ષં ધેનુસ્તસ્યા વાયુર્વત્સઃ । સા મેં વાયુનાં વૃત્તેનેપમૂર્જે કાર્મ દુહામ્ ।

આપુઃ પ્રથમં પ્રજાં પોર્વે રયિં સ્વાહાં

॥ ૪ ॥

દિવ્યાદિત્યાય સમનમન્ત્સ આપ્નોત્ ।

યયાં દિવ્યાદિત્યાય સમનમન્ત્રેવા મહા સુનમઃ સ નમન્તુ

॥ ૫ ॥

અર્થ— ( પૃથિવ્યા અગ્રયે સમનમન્ ) પૃથ્વી ઉપર અગ્નિની સામે નખી જાય છે, ( સા આપ્નોત્ ) તે સમૃદ્ધ થયે છે ( યથા પૃથિવ્યા અગ્રયે સમનમન્ ) જે પ્રકારે પૃથ્વી ઉપર અગ્નિની સામે નખે જાય છે, ( યથ મહા સનમઃ સ નમન્તુ ) એ ધુન-અ મારી સન્માન આપવા આવેલા લોકો નખે જાય. [ ૧ ]

( પૃથિવી ધેનુ ) અગ્નિ ધેનુ છે, ( તસ્યા- અગ્નિ વત્સ ) અગ્નિ તેનો વાહરડો છે. ( સા અપ્તિના વત્સેન ) તે અગ્નિ અપ્તિપ વાહરડો સાથે ( દવં ઝર્જે કાર્મ દુહાં ) અન્ન અને બળ મેળવી અનુસાર આપે અને ( પ્રથમં આપુ ) ઉત્તમ શ્રવન તેમજ ( પ્રજાં પોર્વે રયિં ) સ તાન, પુષ્ટિ અને ધન આપે ( સ્વાહા ) હું સમર્પણ કરું છું [ ૨ ]

( અન્તરિક્ષે વાયવે સમનમન્ ) અન્તરિક્ષમાં વાયુની સામે બધા નખે જાય છે. ( સા આપ્નોત્ ) તે સમૃદ્ધ થયે છે ( યથા અન્તરિક્ષે વાયવે સમનમન્ ) જે પ્રકારે અન્તરિક્ષમાં વાયુની સામે બધા નખે જાય છે, ( યથ મહા સનમઃ સ નમન્તુ ) તે જ પ્રકારે મારી સામે સન્માન આપવા આવેલા લોકો નખે જાય. [ ૩ ]

( અન્તરિક્ષ ધેનુ ) અન્તરિક્ષ ધેનુ છે, ( તસ્યા વાયુ વત્સ ) તેનો વાહરડો વાયુ છે ( સા વાયુના વત્સેન ) તે અન્તરિક્ષની સાથે વાયુની વાહરડો સાથે ( દવં ઝર્જે કાર્મ દુહાં ) અન્ન અને બળ પ્રેરું આપે અને ( પ્રથમં આપુ ) ઉત્તમ દીર્ઘશ્રવન ( પ્રજાં પોર્વે રયિં ) સ તાન પુષ્ટિ અને ધન પ્રદાન કરે ( સ્વાહા ) હું આત્મસમર્પણ કરું છું [ ૪ ]

( દિવિ આદિત્યાય સમનમન્ ) ઘસેલાં સૂર્યની સામે બધા નખે જાય છે, ( સા આપ્નોત્ ) તે સમૃદ્ધ થયે છે ( યથા દિવિ આદિત્યાય સમનમન્ ) જે પ્રકારે સૂર્યનાં આદિત્યની સામે બધા નખે જાય છે, ( યથ મહા સનમઃ સ નમન્તુ ) તે પ્રકારે મારી સામે સન્માન આપવા આવેલા બધા લોકો નખે જાય [ ૫ ]

ભાષા— પૃથ્વી ઉપર અગ્નિને સન્માન મળે છે કારણ કે તે તેજસ્વી છે, જે પ્રકારે પૃથ્વી ઉપર અગ્નિ સન્માનિત થાય છે, તે જ પ્રકારે હું તેજસ્વી બની અહીં સન્માનિત થાય ( ૧ )

પૃથ્વીની સામેના અગ્નિ વાહરડો છે, તેની શક્તિથી અને બળ, બળ, દીર્ઘાયુ, સતત, પુષ્ટિ અને ધન પ્રાપ્ત થાય ( ૨ ) અન્તરિક્ષમાં વાયુનો સન્માન થાય છે, કારણ કે તેમાં બળ વધે છે બળ વધવાથી જેમ વાયુનો સન્માન થાય છે, તે જ પ્રકારે બળના કારણે મારો વાયુ સન્માન થાય ( ૩ )

અન્તરિક્ષ રૂપી અગ્નિના વાયુ વાહરડો છે તેની શક્તિથી અને બળ, બળ, દીર્ઘાયુ સતત, પુષ્ટિ અને ધન પ્રાપ્ત થાય ( ૪ )

ઘસેલાં સૂર્યનો સન્માન થાય છે, કારણ કે તે ઘસેલા પ્રકાશમાળ છે પ્રકાશિત હોવાથી જેમ સૂર્યનો સન્માન થાય છે, તે પ્રકારે તેજસ્વીતાના કારણે મારો સન્માન થાય ( ૫ )

દ્યૌર્ધેનુસ્તસ્પાં આદિત્યો વત્સઃ । સા મં આદિત્યેન વત્સેનેપમૂર્જં કામં દુહામ્ ।

આયુઃ પ્રથમં પ્રજાં પોષં રયિં સ્વાહાં

॥ ૬ ॥

દિશુ ચન્દ્રાય સમનમન્તસ ઓર્ધોત્તિ ।

યથા દિશુ ચન્દ્રાય સમનમન્તેવા મહ્યં સનમઃ સં નમન્તુ

॥ ૭ ॥

દિશો ધેનવસ્તાસાં ચન્દ્રો વત્સઃ । તા મં ચન્દ્રેણ વત્સેનેપમૂર્જં કામં દુહામ્ ।

આયુઃ પ્રથમં પ્રજાં પોષં રયિં સ્વાહાં

॥ ૮ ॥

અમાવશિશ્વરતિ પ્રવિષ્ટ ક્ષપીનાં પુત્રો અમિશસ્તિપા ડં ।

નમસ્કારેણ નમસા તે જુહોમિ મા દેવાનાં મિથુયા કર્મ માગમ્

॥ ૯ ॥

અર્થ— ( દ્યૌઃ ધેનુઃ ) ધુસેક ધેનુ છે ( તસ્યાઃ આદિત્યો વત્સઃ ) તેનો સરખ વાહરડો છે. ( સા મે આદિત્યેન વત્સેન ) તે મને સરખડી વાહરડાથી ( દ્યૌં ડર્જં કામં દુહાં ) અન્ન અને બળ પુરતું આપે અને ( પ્રથમં આયુઃ ) ઉત્તમ દીર્ઘજીવન તેમજ ( પ્રજાં પોષં રયિં સ ) સંતાન, પ્રુષ્ઠિ અને ધન આપે. ( સ્વાહા ) હું આત્મસમર્પણ કરું છું. [ ૬ ]

( વિશુ ચન્દ્રાય સમનમન્ ) બધી દિશાઓમાં ચંદ્રની સામે નમ્ર થાય છે, ( સ આર્ધોત્તિ ) તે સમૃદ્ધ થયે. છે. ( યથા વિશુ ચન્દ્રાય સમનમન્ ) જેમ દિશાઓમાં ચંદ્રમાની સામે નમ્ર બને છે ( યથ મહ્યં સનમઃ સં નમન્તુ ) તે મુજબ મને સંતાન આપવા આવેલા બધા લોકો મારી સામે નમ્ર થાય. [ ૭ ]

( દિશઃ ધેનવઃ ) દિશાઓ ગાયો છે ( તાસાં ચન્દ્રો વત્સઃ ) તેમનો વાહરડો ચંદ્ર છે. ( તા મે ચન્દ્રેણ વત્સેન ) તે મને ચંદ્રડી વાહરડાથી ( દ્યૌં ડર્જં કામં દુહાં ) પુરતા પ્રમાણમાં અન્ન અને બળ આપે તેમજ ( પ્રથમં આયુઃ ) ઉત્તમ દીર્ઘજીવન તેમજ ( પ્રજાં પોષં રયિં ) સંતાન, પ્રુષ્ઠિ અને ધન ભરપૂર આપે. ( સ્વાહા ) હું આત્મ-સમર્પણ કરું છું. [ ૮ ]

( અમૌ અશિઃ પ્રવિષ્ટઃ ચરતિ ) વિશાળ પરમાત્માત્રિમાં જીવાત્માડી અશિ પ્રવિષ્ટ થઈ ચાલે છે. તે ( ક્ષપીનાં પુત્રઃ ) ઇન્દ્રીઓને પવિત્ર કરનારો છે અને ( અમિશસ્તિ-વા ડં ) વિનાશભાથી બચાવનારો પણ છે. ( તે નમસા નમ-સ્કારેણ જુહોમિ ) તને હું નમ્ર નમસ્કારોથી આત્માર્પણ કરું છું. ( દેવાનાં મામં મિથુયા મા કર્મ ) દેવોના સેવનીય ભાગને મિથ્યાચારથી કાઢ ન તૈયાર કરે. [ ૯ ]

ભાવાર્થ— ધુસેકડી ધેનુનો સર્ખ વાહરડો છે તેની સજ્જિથી મને અન્ન, બળ, દીર્ઘજીવન, સંતાન, પ્રુષ્ઠિ અને ધન પ્રાપ્ત થાય. ( ૬ )

દિશાઓમાં ચંદ્રમાનો સંભાન થાય છે કારણકે તેમાં શાંતિ વધી ગઈ છે. જે શાંતિના કારણે ચંદ્રમાની પ્રશંસા બધી દિશાઓમાં થાય છે, તે શાંતિના કારણે અશિ પણ સંભાન થાય ( ૭ )

દિશાડી ગાયોનો ચંદ્રમા વાહરડો છે તેની સજ્જિથી મને અન્ન, બળ, દીર્ઘજીવન, સંતાન, પ્રુષ્ઠિ અને ધન પ્રાપ્ત થાય ( ૮ ) પરમાત્માડી વિશાળ અત્રિમાં જીવાત્માડી નાનો અત્રિ પ્રવિષ્ટ થઈ ચાલે છે. આ જીવાત્માનો અત્રિ ઇન્દ્રીઓની પવિત્રતા કરનારો અને પાનથી બચાવનારો છે. ઇન્દ્રીઓ દેવોનો જે કાર્ય ભાગ છે તે ખોટા બ્યવહારથી દૂરિત ન બને તે માટે આ અત્રિની નમસ્કાર વડે હું વચાસના કરું છું. ( ૯ )

દ્વદા પૂતં મનંગા જાતવેદો વિષાનિ દેવ ધૃતુનાનિ વિદ્વાન્ ।

ત્વદાસ્માનિ તથં જાતવેદસ્તેમ્યો લુદોમિ સ લેપસ્વ દૃવ્યમ્

॥ ૧૦ ॥

અર્થ — તે ( જાતવેદા દેવ ) જન્મ થએલા પદાર્થોને જાળવનાર દેવ । તું ( વિશ્વાનિ ધૃતુનાનિ વિદ્વાન્ ) જન્મ કરોને જાળવનાર છે. તે ( જાતવેદા ) જાળવનાર । ( મનસા દ્વદા પૂતં ) દ્વદશી અને મનસી પરિવ કરેલ દશમી પદાર્થોને ( તથ ત્વદાસ્માનિ ) તારા સાત મુખ છે. ( તેમ્યા લુદોમિ ) તેઓ ખાટે સમર્પણ કરે તું, ( ત્વા દૃવ્યં લુપસ્વ ) તે દર્શનો તું સ્વીકાર કર, [ ૧૦ ]

ભાષા — તે સર્વે ઉપર । તું અમારા બધા કરી ખાતે છે. આ આમાના સાત મુખોમાં મન અને હૃદયથી પકિત કરતા પદાર્થોનું દર્શન કરે તું, આ અમારું દર્શન તું સ્વીકાર અને અમારો ઉદ્ધાર કર. ( ૧૦ )

## સમૃદ્ધિની પ્રાપ્તિ

### ઉત્પત્તિનો આગ

મનુષ્યની ઉત્પત્તિ તેનામાં સદૃશ્યોની શક્તિ થાય તેજ થઈ શકે છે. આ સદૃશ્યોની શક્તિ મનુષ્યોમાં કરવાના હેતુથી વેદ અનેક પ્રકારના ઉપાય કર્યા છે, આ ચક્રમાં તેના જ ઉદ્દેશ્ય નાર દેવતાઓ વડે સદૃશ્ય વધારવાનો ઉપદેશ કર્યો છે. દેવતાઓમાં જે શુભો મુખ્ય છે તે શુભો મનુષ્યમાં વધવા નોંધ્યો, આ દેવતાઓના શુભો જુઓ—

લોક	દેવતા	શુભ	મનુષ્યમાં મુખ
પૃથ્વી	અગ્નિ	તેજ, ઉષ્ણતા	કર્મ
અન્તરિક્ષ	વાયુ	બળ, જીવન	પ્રાણ
દ્યૌ	સૂર્ય	પ્રકાશ	દર્શિ
રિશા	ચન્દ્ર	શાંતિ	મન

લે કે, દેવતા અને શુભો આ છે. દેવતાઓના શુભ અથવા બળ મનુષ્યની અંદર દેવી રીતે દેખાય છે તે પણ આ ઉપરના કોઈ ઉપરથી ખતર પડે છે. મનુષ્યનો પ્રભાવ વધવો હોય તો આ શુભોના સત્ત્વની શક્તિ યવાથી તે વધી શકે છે, બીજો કોઈ ઉપાય નથી. પૃથ્વીલોકમાં અગ્નિ તેની ઉષ્ણતા અને તેજસ્વીતા વધવાથી પ્રતિજ્ઞને પ્રાપ્ત થયો છે; તે પોતાની દાઢક શક્તિથી બધાને ખાળે છે, તેથી તેનો પ્રભાવ બધાના ઉપર પડ્યો છે જે મનુષ્યને પોતાનો પ્રભાવ વધારવો હોય તો તેણે પણ પોતાની અંદર તેજસ્વીતા વધારવી, તેજસ્વીતા વધારવાથી તેનો સન્માન અવરમ થશે.

તે મુજબ અન્તરિક્ષમાં વાયુનું મદત્ત વિશેષ છે, કારણકે

તે બધાને જીવન, બળ અને મનિ આપે છે. પોતાની અંદર બળ વધારવું અને જીવન ઉત્તમ કરવું એ માણસને થોડું છે. બીજાઓમાં થેનના ઉત્પન્ન કરવી અને બધી દીકરાઓને પ્રાણ બની રહેવું. જે માણસ પોતાની શક્તિ આ પ્રકારે વધારી તે અર્થાનિત થશે.

દુષીકમાં સૂરજનો સન્માન થયો મોટો છે, કારણ તેનો પ્રકાશ બધાથી વધારે હોય છે. તેની સાથે બીજા બધા તેજસ્વી પદાર્થો નિસ્તેજ બને છે. તે અંદરથી પ્રકાશવાન થવાના કારણે બધા તેનો સન્માન કરે છે. જે માણસ પોતાની મદત્ત વધારવા છત્તે છે તેણે પોતાની અંદર દિવ્યપ્રકાશ વધારવો અને સર્જન સમાન મદ્દ અને ઉપગ્રહોમાં મુખ્ય બનવું.

તેજ પ્રકારે મદ્દબાની પ્રતિજ્ઞ તેની શક્તિમાં છે. જે મનુષ્યમાં શક્તિ રિધર હોય છે, તેની પ્રતિજ્ઞ બધે છે. આ મુજબ આ દેવતાઓથી મનુષ્ય ઉપરેલ પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને પોતાની ઉત્પત્તિ કરી શકે છે. પોતાના અંદર આ શુભોની શક્તિ કરવી બાજુ ઉત્પત્તિનો માર્ગ છે. આ સદૃશ્યોની શક્તિથી જ અગ્ન, બળ, દીર્ઘાયુષ્ય, સંતતિ, પુષ્ટિ અને ધન જેટલું નોંધ્યો તેટલું પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. પણ સર્વ પ્રથમ ઉત્પત્તિ જન્મજાર માણસે પોતાની અંદર આ શુભોની શક્તિ કરવી નોંધ્યો. ત્યાર પછી ધન દિક તે આપમેળે જ મળશે.

આ સંક્રાંતિ પહેલા આદ્ય મનમાં આ ઉપદેશ આપ્યો છે. પછીના અને દરમ્યા મંત્રમાં આદ્યશુદ્ધિ કરવાનો ઉપદેશ છે. તેનો દબે વિચાર કરોએ.

### પરમાત્માની ઉપાસના

આત્મશુદ્ધિ માટે પરમાત્માની ઉપાસના અત્યંત સહાયક છે. માટે નમ્રા મંત્રમાં તે ઉપાસના ગતાવી છે—

અગ્નિ અગ્નિશ્ચરતિ પ્રવિષ્ટઃ । ( મં. ૬ )

‘મોટા વિશ્વઆપક અગ્નિમાં બીજો નાંખે અગ્નિ પ્રવિષ્ટ થઈ જાય છે, એટલે પોતાના વ્યવહાર કરે છે. આ વાત ઉપાસકોએ મનમાં પ્રધાવી પહેલાં ધારણ કરવી. પરમાત્માનો વિશાળ અગ્નિ સંપૂર્ણ વિશ્વમાં બળી રહ્યો છે, તેની અંદર આપણે એક તણખો છે, તે પણ તેની સાથે ચમકી રહ્યો છે. આપણી અંદર અને બહાર એમને પણ તે પરમાત્માગ્નિનું તેજ ચમકી રહ્યું છે. જે પ્રકારે અગ્નિમાં તપાવેલું સોનું શુદ્ધ થાય છે તે પ્રકારે પરમાત્મામાં તપનારા છતાંત્મા શુદ્ધ થાય છે. પરમાત્માના પૂર્ણ આધારે હું રહ્યો છું તેથી હું નિર્ભય છું, મને ડરાવનાર કોઈ નથી, એવો વિશ્વાસ આ મંત્રના ઉપાસકના મનમાં સ્થિર કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. આ આત્મા કેવો છે અને તેના શુદ્ધિધર્મ કયા છે તેનું વર્ણન અહીં જોવા લાયક છે—

ઋષિર્વાં પુત્રઃ, અમિશસ્તિવા । ( મં. ૬ )

‘આ આત્મા ઋષિઓનો પુત્ર છે અને વિનાશથી અચાલનારા છે. અનેક ઋષિઓનો મળી આ એકજ પુત્ર છે એટલે અનેક ઋષિઓએ મળી તેની શોધ કરી અને તેનો આલિંગ્ય કર્યો, તેથી તે ઋષિઓનો પુત્ર છે, એમ મનાય છે. એવો તેનો એક અર્થ છે. તેનો બીજો પણ એક અર્થ છે અને તે ખાસ વિચાર કરવા જેવો છે. ઋષિ શબ્દનો બીજો અર્થ ‘હિન્દિયો’ છે. સપ્તઋષિનો અર્થ ‘સાત હિન્દિયો’ છે. આ હિન્દિયરૂપી સપ્તઋષિઓને (પુત્રઃ) નરકમાંથી બચાવનારા આ આત્મા છે, કારણ કે આત્માજ બધાને ઉચ્ચ ભૂમિકામાં લઈ જાય અને દીન અવસ્થામાં પડતાથી બચાવે છે. માટે તેની ઉપાસના બધાએ કરવી જોઈએ.

### નમસ્કારથી ઉપાસના

આ આત્માની ઉપાસના નમસ્કારથી જે કસય છે. નમ્ર બની, પોતાના મનને નમ્ર કરી, નમસ્કાર દ્વારા પોતાનું મરતક નમાવી એટલે પોતેપોતાને પૂર્ણપણે તેના માટે સમર્પણ કરીને જ પોતાના આત્માની ઉપાસના કરવી જોઈએ છતાં—

નમસા નમસ્કારેણ જુહોમિ । ( મં. ૬ )

\*

‘નમ્ર નમસ્કારથી આત્મસમર્પણ કરે છું.’ અહીં ‘જુહોમિ’ શબ્દ સમર્પણના અર્થમાં છે. યજ્ઞમાં દહનનો પણ અર્થ તેવો જ છે. પોતાની વસ્તુનું બીજાના કદવાણ માટે સમર્પણ કરવું તેનું નામ દહન છે. અહીં નમસ્કારથી દહન કરવાનું છે, નમ્ર વડે પોતાનું મરતક નમાવી આત્મ-સમર્પણ કરવાનો ભાવ અહીં છે. આ પ્રકારના શ્રેષ્ઠ કર્મોમાં ખોટો વ્યવહાર હોવો જોઈએ નહિ. કારણ કે ખોટા વ્યવહારથી બધી ભતની હાનિ થાય છે. તેથી કહ્યું છે—

દેવાનાં માનં મિયુયા મા કર્મ । ( મં. ૬ )

‘દેવાના માટે કરવાના કાર્યભાગને ખોટા આચરણથી દૂષિત કરતો નહિ.’ આ ઉપદેશ દરેક દેવવિધવક કાર્યમાં ધ્યાનમાં રાખવા જેવો છે. કેટલાક લોકો બહાર ખતાવતા ખાતર ખોટા આદર્શથી સંધ્યા કરવા બેસે છે, તેમજ અન્ય પ્રકારના ડોંગ-ધતુરા વ્યવહારમાં આચરે છે. પરંતુ તે કોને ફસાવવાનો વિચાર કરે છે? પરમાત્માને ફસાવવું તો બચકય છે, કારણ કે તે તો અધુર્નજો જ છે, તે સર્વત્ર છે. એટલે એના ધર્મકર્મમાં જોયો બીજાઓને હેતરવાનો વિચાર કરે છે, તે અંતે પોતે પોતાનેજ ફસાવે છે અને પોતાનુંજ નુકસાન કરી લે છે. એટલે કાંઈએ એવો ખોટો વ્યવહાર કરવો યોગ્ય નથી. ધર્મર સર્વત્ર છે, તે દરેકનું મનતરત જ જણી જાય છે, તેનાથી છુપાવો કોઈ કંઈ કરી શકતો નથી. તેથી કહ્યું છે—

વિશ્વાને ચયુમાને વિદ્વાન્ । ( મં. ૧૦ )

‘બધા કોને યથાવત જાણનારા ધર્મર છે.’ મનુષ્ય જે કંઈ કરે છે તે તેજ સમયે પરમેશ્વર જાણી જાય છે. મનુષ્યનું કર્મ શુદ્ધિમાં, મનમાં અથવા દુનિયામાં ગમે ત્યાં હોય, ધર્મર તે તે જ જાણે જાણી જાય છે. માટે એવી સ્થિતિમાં મનુષ્યે ખોટો વ્યવહાર કરવો યોગ્ય નથી. મનુષ્યને ઉન્નતિ પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો હૃદય અને મનથી જેટલા પવિત્ર કર્યો થઈ શકે તેટલા કરવા જોઈએ—

હૃદા મનસા પૂર્ત જુહોમિ । ( મં. ૧૦ )

‘હૃદયથી અને મનથી જેટલી પવિત્રતા કરી શકાય, તેટલી પવિત્રતાથી પવિત્ર પદાર્થોનું સત્કર્મમાં સમર્પણ કરવું જોઈએ, પવિત્રતાથી ઉન્નતિ અને અભિનવાથી અવનતિ થાય છે, આ ઉન્નતિ અવનતિનો નિવર્તન દરેક મનુષ્યે અવશ્ય ધ્યાનમાં રાખવો.

## સમ મુખી અમિ

આ પરલા પરમાત્મા અને જીવાત્મા આ બે અમિ છે એમ કહ્યું છે અમિ ' સ્તામ્સ્ય ' એટલે સાત મોઢાઓ દેવ છે. અહીં પણ તેની સાથે મુખોનું વર્ણન કર્યું છે, આ આત્મા સાતમુખી છે, આ સાત મુખોથી આપ છે, પાંચ જાનેન્દ્રિય અને મન તથા શુદ્ધિ એ એનાં સાત મુખો છે. શુદ્ધિમાં જ્ઞાન, મનથી મનન અને બીજા પાંચ જાનેન્દ્રિયો વડે પાંચ વિષયનું પ્રલય તે કરે છે, માત્ર આ આત્મામાં આ પાંચ પ્રતિબંધન કરી રહ્યા છે, અથવા આ સાત મુખોથી આ આત્મા પોતાનું કાર્ય ખપ રહ્યો છે, અથવા પોતાનો ભોગ ભોગી રહ્યો છે આ વિરિધ પ્રકારના કથનનું એક જ તાર્કય છે. તેના સાત મુખોમાં હૃદયમાં અને મનથી પવિત્ર પદાર્થો અર્પણ કરવું જોઈએ—

તપ સત આસ્થાનિ તપ દશ મનસા પૂતં જુહોમિ ।

( મ. ૧૦ )

' નારા સાત મુખો છે. તેમાં હૃદય અને મનથી પવિત્ર પદાર્થોનું જ હું સમર્પણ કરું છું ' આ કથો જ મહત્વપૂર્ણ ઉપદેશ છે. આત્મશુદ્ધિ માટે તેની અત્યંત આવશ્યકતા છે સાત મુખોમાં પવિત્ર દ્રવ્યનું હવન કરવું જોઈએ. એટલે શુદ્ધિમાં પવિત્ર જ્ઞાન, મનમાં પવિત્ર વિચારો દર્શિમાં પવિત્રરૂપ, જ્ઞાનમાં પવિત્ર સંપદ, સુખમાં પવિત્ર અન્ન અને પવિત્ર વાસ્તી, નાકમાં પવિત્ર સુગંધ અને ચર્મમાં પવિત્ર રક્ત વિષયક હવન યવું જોઈએ આ પ્રકારે બધા જ પદાર્થો અત્યંત પવિત્ર

રૂપમાં પોતાની અંદર જવા લાગશે તે અંદરનું સંપૂર્ણ વાયુ મંડળ પરિશુદ્ધ થઈ જશે અને આત્મશુદ્ધિ થતી રહેશે. આ પ્રકારે પોતાની શુદ્ધિ થતી રહે તે પોતાના પરિશુદ્ધ આત્માના ઐશ્વર્યનું વર્ણન શું કરવું ? તે આથી શુદ્ધ પવિત્ર બની મુક્ત થઈ પૂર્ણ મહત્ત્વી થશે અને તેને આ સૂક્તમાં કહેવું ઐશ્વર્ય નિઃસ દેહ પ્રાપ્ત થશે માટે ઉદયની ઇચ્છા કરનારા વાચકે આ માર્ગનું અવશ્ય અવલંબન કરવું અને પોતાનો અવગુણ અને નિત્યેશુ પ્રાપ્ત કરવા

## તેનાહી

આ સૂક્તમાં ' સ્વાહા ' શબ્દ ધર્મીવાદ આપ્યો છે. ' સ્વાહા ' નો મુ અર્થ શું ? ( સ્વાન્વાનહા ) પોતાનું સમર્પણ એટલે બીજાની બાબત અથવા ઉત્તતિ માટે પોતાની શક્તિનું સમર્પણ કરવું. આ ત્યાગ બાવનાથી ઉત્તતિ થાય છે. પોતાની શક્તિનું જનતાના લાભાર્થે, કલ્યાણ માટે સમર્પણ કરવાનો ભાવ અહીં છે સર્વ પ્રકારની ઉત્તતિ માટે આ ત્યાગભાવની અત્યંત આવશ્યકતા છે પૂર્વેકત પવિત્રીકરણની સાથે રહેનાર આ ત્યાગમાન કથો ઉત્તતિપ્રારંભ છે. વૈયક્તિક અથવા રાષ્ટ્રીય જે કંઈ ઉત્તતિ થવાની છે, તે આ ત્યાગભાવ વધવાથી જ થશે ઉત્તતિનો બીજો કોઈ માર્ગ નથી તેમાં ' સ્વા-હા ' શબ્દ અનેકવાર એ માટે આપે છે કે વૈદિકધર્મીઓના મન ઉપર આ ત્યાગભાવનો પોષા પરિણામ થઈ જાય અને તે દ્વારા જે દહસોક અને પરલોકમાં પોતાનું પૂર્ણ કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરી શકે

## વિપત્તિઓને હટાવવાનો ઉપાય

કંડ ૨, સૂક્ત ૧૪

( ક્રાવિઃ-વાનવા । દેવતા-સાગ્ગમિદેવયધુ । )

નિઃસાર્ણા ઘૃણું ધિપર્ણમેકવાર્ધાં નિષ્વત્સ્વમ્ । સર્વોચ્ચર્ણસ્ય નપ્તયોઃ નાચપામઃ સદાન્વાઃ ॥ ૧ ॥

અર્થ— ( નિઃસાર્ણા ) ધરનાર ન હોવું, ( ઘૃણું ) અપ્રીતિ રહેવું અથવા બીજાને ડરાવવું, ( વર્ણપાદા ધિપર્ણ ) નિષ્વત્સ્વ એક બાષ્પ કરનારી નિષ્વત્સ્વ શુદ્ધિનો નાશ કરનારી તેમજ ( નાચપામઃ સર્વોઃ સત્ત્વ ) કોપના બધા સત્તાનો અને ( સ-દાન્વા ) આનંદોની રક્ષાસજ્જિઓનો અને ( નાચપામઃ ) નાશ કરીએ છીએ. [ ૧ ]

વાચક— આસુરી ભાવનાથી પ્રાપ્ત થનારી કેટલીક વિપત્તિઓ છે તેમાં કેટલીક આ છે— [ ૧ ] ધરનાર કંઈ ન હોવું, [ ૨ ] દુર્મેશ બીજાની ડરા લાગતી અથવા બીજાઓને ડરાવવું, [ ૩ ] નિષ્વત્સ્વ કોઈ એક શુદ્ધિ ન હોવી એટલે દુર્મેશ મનમાં રહી રહેવી, [ ૪ ] મન હમેશ કોપ યુક્ત રહેવું આ બધી વિપત્તિઓ છે તે પુરુષાર્થથી દૂર કરવી જોઈએ. ( ૧ )

નિર્વો ગોષ્ઠાદ્જામસિ નિરક્ષાભિરૂપાનસાત્ । નિર્વો મગુન્ધા દુહિતરો ગૃહેમ્યશ્વાતયામહે ॥ ૨ ॥  
 અસૌ યો અંધરાદ્ ગૃહસ્તત્રં સન્ત્વરાધ્યઃ । તત્ર સેદિન્યુચ્યતુ સર્વાશ્ચ યાતુધાન્યઃ ॥ ૩ ॥  
 મૃતપતિર્નિરંજતિન્દ્રશ્વેતઃ સદાન્વાઃ । ગૃહસ્ય બુદ્ધ આસીનાસ્તા દન્દ્રો વજ્રેણાધિં તિષ્ઠતુ ॥ ૪ ॥  
 યદિ સ્થ ક્ષેત્રિયાણાં યદિ ત્રા પુરુષેષિતાઃ । યદિ સ્થ દસ્યુમ્યો જ્ઞાતા નશ્યંતેતઃ સદાન્વાઃ ॥ ૫ ॥  
 પરિ ધામાન્યાસામાશુર્ગોષ્ઠાભિવાસરન્ । અજૈપં સર્વાનાજીન્વો નશ્યંતેતઃ સદાન્વાઃ ॥ ૬ ॥

અર્થ— ( ઘ ગોષ્ઠાત્ નિ અજામસિ ) તમને અમે અમારી ગેશાળામાંથી કાઢી મૂકીએ છીએ, ( અક્ષાત્ નિ. ) અમારી દૃષ્ટિ બહાર તમને કરીએ છીએ ( ડપાનસાત્ નિ ) અનપાનના કેકાણેથી તમને દૂર કરીએ છીએ, ( મગુન્ધાઃ ) અનિ- ) મનના મોહથી તમને દૂર કરીએ છીએ કે ( દુહિતરઃ ) દૂર રહેના લાયક ! તમને ( ગૃહેમ્યઃ ) શાસયમામે ) ધરાથી દૂર કરીએ છીએ [ ૨ ]

( અસૌ ય અંધરાત્ ગૃહઃ ) આ જે નીચ કુળ છે ( તત્ર અરાધ્યઃ સન્તુ ) ત્યાં વિપત્તિઓ રહે, ( તત્ર સેદિ ) ત્યાં જ કલેશ ( નિ ડબ્યતુ ) નિવાસ કરે, ( સર્વા યાતુધાન્યઃ ) સર્વ દુષ્ટો ત્યાં જ જાય [ ૩ ]

( મૃતપતિ. દન્દ્ર ) પ્રમપાલક રાજા ( સદાન્વાઃ ) હવે નિરંજતુ ) રક્ષાથી વૃત્તિઓને અહીંથી દૂર કરે ( ગૃહસ્ય બુદ્ધ આસીનાઃ ) ધરના મૂળના વાસ્તવ્ય કરનારા દુષ્ટતાઓ ( દન્દ્ર. વજ્રેણ અધિતિષ્ઠતુ ) ધ્વજ પોતાના વળથી દૂર કરે. [ ૪ ]

કે ( સ-દાન્વાઃ ) આશુરીવૃત્તિના કારણે થનારી પીડાઓ ! ( યદિ ક્ષેત્રિયાણા સ્થ ) જે તું વશ સભ્ય થી રોગથી હેતુપલ થઇ હોય, ( યદિ ત્રા પુરુષેષિતા ) જે મનુષ્યની પ્રેરણાથી હેતુપલ થઇ હોય, ( યદિ દસ્યુમ્ય જ્ઞાતાઃ ) જે તું ચોર-લુટારાથી થઇ હોય તો તમે બધી ( હવે નશ્યંત ) અહીંથી દૂર જાવો [ ૫ ]

( આશુ ગાષ્ઠા શ્ચ ) જેમ ઘોડો પોતાના સ્થાનના પહેલે છે, તે પ્રકારે ( આસા ધામાનિ પરિ સરન્ ) આ વિપત્તિઓના મૂળ કારણો ખોળી કાઢી તેમને દૂર કરો ( ચ સર્વાન્ આજીન્ અજય ) તમારા બધા પુદ્ગલો છતી લીધા છે, જેથી કે ( સ-દાન્વા ) પીડાઓ ! ( હવે નશ્યંત ) અહીંથી દૂર થઇ જાવો [ ૬ ]

આપાત્— જેમ કન્યાઓને વિવાહ કરી ધરથી દૂર કરવામાં આવે છે તે પ્રકારે આ વિપત્તિઓને પણ પોતાની પાસેથી દૂર કરવી જોઈએ ગેશાતામાંથી, ધરામાંથી, પોતાની નજરમાંથી, અજપલ અથવા માઠી, રથ વગેરે સ્થાનોથી તેમજ મનની વૃત્તિથી વિપત્તિઓને દૂર કરવાને પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ ( ૨ )

જે નીચ વૃત્તિપાળઓના થયે છે ત્યાં જ વિપત્તિ, ગાંઠ, તેમજ દુઃક દુઃસ્વારી ખલુ રહે છે ( ૩ )

પ્રમપાલક રાજાને પોતાના શાસન વડે દુષ્ટોને દૂર કરવા કેલેના ધરની અંદર દુષ્ટબાવ આસરો લેવા ત પામે ( ૪ )

આ પીડાઓમાં કેટલીક તો આતુવશિક રોગથી થનારી પીડાઓ હોય છે કેટલીક તો મનુષ્ય પોતાના ખરાબ અભવાદારના કારણે જોગને છે કેટલીક ચોર, લુટારાઓથી નિમગ્ન થાય છે આ બધી પીડાઓ દૂર કરવી જોઈએ ( ૫ )

જે પ્રકારે ઘોડો પોતાના પગ ઉપાડી મુકામ ઉપર પહોંચી જાય છે, તે પ્રકારે બધી વિપત્તિઓનું મૂળ કારણ જોઈ તે મૂળ કારણોને પોતાનામાંથી દૂર કરવા જોઈએ જોઈ જીવનકલકેમાં પોતાનો વિજય નિ સદેહ થાય એવી પોતાની તૈયારી કરવાથી અને દરેક જીવન પુદ્ગલ જાળવ રહી વિજય પ્રાપ્ત કરવામાં જ આ બધી પીડાઓ દૂર થઇ શકે છે ( ૬ )

## વિપત્તિઓને હટાવવાનો ઉપાય

### વિપત્તિઓનું સ્વરૂપ

આ સૂક્તમાં અનેક વિપત્તિઓનું વર્ણન કર્યું છે તે ક્રમ જુઓ—

૧ નિઃસાલા- શાશ્વત એટલે ધરતાર ન હેવું, રહેવા કોઈનું ન હેવું, રિયાનિ ખાતે કોઈ સ્થાન ન હોવું ( મ ૧ )

૨ છુટણુ- હ મેશ બાબત રહેતું, બીજાથી કરતાં રહેતું, અધિકારીઓ અથવા ધર્મત્રાથી પણ ડરતું એવા કષ્ટ અસાધ્ય કામો કરવા કે જેથી મનમાં હ મેશ બીતી રહે કે કોઈ બાવી મને પડે એનો બીજો પ્રસિદ્ધ અર્થ બીજાઓને મહારાવવું, બીતિ બતાવવી, બીજાને ભય બતાવવું, મહારાવું, બીજાને ભયભીત કરી પોતાનો સ્વાર્થ સાધવો વગેરે ( મ ૧ )

૩ દુઃખવાદો દિવળ જિઘારક- એક નિશ્ચય કરનારી સુદિનો નાશ કરનારો ધાતપાત કરવાનો સ્વભાવ સુદિથી કાપકાપનો નિશ્ચય થાય છે, આ નિશ્ચયત્મક સુદિનો નાશ કરવાનો સ્વભાવ જેને નિશ્ચયત્મક સુદિ જ હોતી નથી, ને હ મેશ શ કાશીસ રહે છે ( મ ૧ )

૪ ઘણાક સર્વાનુદય- કોઈના બધા સંતાન, એટલે કોઈથી ને ને આપતિઓ આવવાનો સંભવ છે તે બધી આપતિઓ ( મ ૧ )

૫ સ્વ-દાનવાઃ ( સ્વ-દાનવા - રાક્ષસોનું નામ દાનવ છે દાનવનો અર્થ છે ધાતપાત કરનારા ગીતકર્તા આસુરી સપતિનું વર્ણન રિત્તરપૂર્વક છે તે પ્રકારના લોકો ને ધાનપાત કરે છે તેમનું આ નામ છે દાનવ ભાવથી ધુન થવું આ પણ એક મોટી આપતિ છે ( મ ૧ )

૬ અ-દાનવ - ક જુસ છનો બાવ, નિર્મનતા, અશ્વમનો અભાવ ( મ. ૩ )

૭ સ્તેદિઃ- કલેષ, મહાકલેષ, શારીરિક કૃષ્ણતા નબળાઈ, કષ્ટ પણ કાર્ય કરવા શક્તિ ન હોવી ( મ ૩ )

૮ ચાતુષાન્ય - ધનમતા ન હોવી એવી-વૃ કરનારા ને લોકો હોય તે અને તેમના જેવા ધુણારપદ બાવ ( મ. ૩ )

આ બધી આપતિઓ છે તેમનો વિશેષ વિચાર કરવાની

કષ્ટ ખાસ જરૂર નથી કારણ કે બધા બાગે બધાનો પરિચય તેમની સચે છે જ અથવા બધા જ આ કલેશોથી પરિચિત હોય છે તેથી બધા કષ્ટભાગ દરેકે આ બધા કલેશ દૂર થાતા તેના નબ્ત બેદ હોય છે

### વળ બેદ

૧ સ્તેદિઃ- એટલે કેટલીક આપતિઓ એવી હોય છે જે મનુષ્ય સ્વભાવમાં સ્તેદથી આવેતી હેય છે, વર્ષ ૫૨ પરા-થી પ્રાપ્ત થાય છે, જન્મ સંભારથી જ હોય છે ( મ. ૫ )

૨ પુરુષોપિતા - બીજા આપતિઓ એવી છે જે ( પુરુષ-દિવિતા ) બીજા માણસોની કૃતિસ પ્રેરણાઓના કારણે થાય છે ( મ ૫ )

૩ વસ્તુચય જાતના- બીજા આપતિઓ એવી હોય છે જે ને દરુધ, ચોર, નુકા વગેરે દુષ્ટોથી નિર્માણ થાય છે ( મ ૫ )

આપતિઓના ત્રણ બેદ છે— ( ૧ ) પોતાના જન્મ સંભાર થી થનારી, ( ૨ ) બીજા પુરુષોના કૃતિસ પ્રેરણાથી થનારી અને ( ૩ ) દુષ્ટોના કારણે થનારી આ બધી આપતિઓ અનુસર દૂર કરવી જોઈએ

કેટલીક આપતિઓ આનંદાનના સ્થાનથી ઉત્પન્ન થાય છે જેવી કે રોગાદિ આપતિઓ છે, તેમને દૂર કરવા માટે તેમના ઉદ્વેગ સ્થાને પ્રતિગઢ કરવો જોઈએ તે વિષે બીજા મંત્રનું કથન જુઓ—

### આત્મશુદ્ધિ અને ઘરની શુદ્ધિ

૧ મોષ્ટાવ મિ અજામસિ- ગોશાળામાંથી દૂર કરે છું એટલે ગોશાળાની ગેર-ચરચાથી ને રોગો વગેરે આપતિઓ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે તે દૂર કરે છું ગોશાળાની પરિચરતા કરવાથી આ આપતિઓનો નાશ થઈ શકે છે ( મ ૨ )

૨ ઉવાનસાવ નિ અજામસિ- અનપાનના ફેરાર અથવા વાહનમાં સ્થાનમાં ને કષ્ટ દેવ થવાથી આપતિઓ આવે શકે છે તેમની શુદ્ધતાથી આ આપતિઓને દૂર કરે છું ( મ ૨ )

૩ અક્ષાવ નિ અજામસિ- પોતાની દરિયા દેવથી ને

ને ખરાબ આવે પેદા થાય છે, તેમની શુદ્ધિ કરી દે પોતાની અંદરના દોષોને દૂર કરે છે. આ પ્રકારે સંપૂર્ણ ઉદ્ધિયોની શુદ્ધિદ્વારા મણી આપતિઓ દૂર કરી શકાય છે. આત્મશુદ્ધિની મુશ્કેલી અહીં મળે છે. ( મ. ૨ )

**૪ મગુન્યાઃ નિઃ સ્વજામાસિ-** ( મ-ગુન્યાઃ= મન+ગુન્દ્રધાઃ ) મનને મોહિત કરનારી જિતિથી તમને દૂર કરે છે. મનની મોહનિદ્રા દૂર કરે છે. આ મનની શુદ્ધિ છે. ( મ. ૨ )

આ બીજા મંત્રમાં પોતાના નેત્ર વગેરે હિન્દ્રવની શુદ્ધિ, મનની શુદ્ધિ, ગોચાણની શુદ્ધિ, ધરની શુદ્ધિ, ગાડી વગેરે વાહન ભ્યાં રાખવામાં આવે છે તે સ્થાનોની શુદ્ધિ કરવાથી આપતિઓ દૂર કરવાને ઉપદેશ છે. આ મંત્રની અંદર જે વાતોનો ઉલ્લેખ છે તે સિવાય જે જે શુદ્ધિ સ્થાન બાકી હશે તે બધાનું બહોળું અદ્યુષ્ટ કરવું યોગ્ય ગણાયો. તેનું તાત્પર્ય એ છે કે ભ્યાંથી સંકેદો નિર્માણ થાય છે અને મનુષ્યને સતાવે છે, તે સ્થાનોની શુદ્ધતા કરવી નોંધએ પવિત્રતા કરવાથી બધા સ્થાનોમાંથી આપતિઓ દૂર થઈ જાય છે. મલીનતા આપતિઓને નિર્માણ કરનારી છે અને પવિત્રતા આપતિઓને દૂર કરનારી છે. આ નિયમ વાચકો બધે જ લાગુ કરી શકે છે અને આપતિઓને દૂર કરી શકે છે. તેમજ સંપત્તિ પણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

### નીચતામાં વિપત્તિનો ઉગમ

વિપત્તિઓનો ઉગમ નીચતામાં છે, આ વાત અધિક સ્પષ્ટ કરવા માટે ત્રીજા મંત્રનો ઉપદેશ છે તેમાં કહ્યું છે કે— ‘ જે આ ( અધરાણુ મુદ્ધ ) નીચ ધરાણું છે ત્યાં જ બધા કંલુસાષ, વિપત્તિઓ, નાશ, ક્ષેષ, કૃષ્ણતા અને ચોરી વગેરે દુષ્કર્મો રહે છે. નીચ ધરામાં એમની ઉત્પત્તિ છે. ‘ અધર ’ શબ્દ અહીં નીચતાનો લોક છે. જે ઉપરવાળો નથી તે નીચેવાળો છે ભ્યાં લીનતા હોય છે, ત્યાં જ આપતિઓનો ઉગમ થાય છે, તેમાં કંઈ જ સંકો નથી.

### રાજનું કર્તવ્ય

ચોથા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ ( મૂતપત્તિઃ દંદ્રઃ ) આશી ખાતનું પાલન કરનારો રાજા પોતાના વજ્યો ( સદાનવાઃ ) બધા ઝડપીને અને ( મુદ્ધસ્ય વુન્નઃ આસીનાઃ ) ધરની અંદર છુપાએલા બધા દુષ્ટોને ઢટાવે. ’ એટલે રાજા પોતાના સુંદર રાજ્ય બંધારણથી દુષ્ટોને દૂર કરે અને પોતાનું રાજ્ય

સંજાળોના ધર જેવું બનાવે આ પ્રકારે ઉત્તમ રાજ્યશાસન દ્વારા દુષ્ટોનો પ્રતિબંધ થવાથી સંજાળોનો ખર્ચ ખુબી જાય છે. સુરાજ્ય થવું જે પણ એક ગોટું સાધન છે, કારણ કે તેથી આપતિઓ ઝાઝી થાય છે અથવા તેમનો સદંતર નાશ થઈ જાય છે.

### જીવનનું યુદ્ધ

આપતિઓ જોડે ઝગડા, વિપત્તિઓ જોડે લડવા અને તેમનો પરાજય કરી પોતાનો વિજય સંપાદન કરવો, આ એકમાત્ર ઉપાય છે, જેથી આપતિઓ દૂર થઈ શકે છે. વાચકો વિચાર કરશે તો તેમને સમજશે કે એવું યુદ્ધ દરેક સ્થાને કરવું પડે છે. શરીરમાં રોગો જોડે ઝગડા, સમાજમાં કુખ્યા, ચોર, ઝડપીઓ જોડે ઝગડા, પડે છે, રાષ્ટ્રમાં વિદેશી શત્રુઓ જોડે યુદ્ધ કરવું પડે છે અને વિશ્વમાં અતિશયિષ્ટ, અનાશયિષ્ટ, અકાલ વગેરે જોડે યુદ્ધ કરવું પડે છે. આ નાના મોટા કાર્યક્ષેત્રોમાં નાના મોટા યુદ્ધો કરવા પડે છે. આ યુદ્ધો ક્યાં વગર અને ત્યાં પોતાનો વિજય પ્રાપ્ત કર્યા વગર સુખ-મય જીવન થવું અશક્ય છે. આ વાત આ સૂક્તના છૂટા મંત્રમાં કહી છે.

જઃ સર્વાન્ અસીન્ અજૈયમ્ । ( મ. ૬ )

‘ બધા યુદ્ધોમાં હું વિજય મેળવું છું. ’ આ પ્રકારે બધા યુદ્ધોમાં વિજય મેળવવાથી જ મનુષ્ય પાસેથી બધી વિપત્તિઓ દૂર થાય છે અને માણસ ઐશ્વર્ય સંપન્ન બને છે. પ્રત્યેક યુદ્ધમાં પોતાનો વિજય થવા યોગ્ય શક્તિ પોતાની અંદર વધારવી નોંધએ, નહીં તો વિજય થવો અશક્ય છે. શત્રુશક્તિથી પોતાની શક્તિ વધારે હશે તો જ વિજય મેળવી શકાય છે, નહીં તો પરાજય થશે, પરાજય થવાથી વિપત્તિઓ વધશે. માટે શત્રુશક્તિ કરતાં પોતાની શક્તિ વધારવી નોંધએ અને પોતાનો વિજય સંપાદન કરવો જોઈએ. વિપત્તિઓને દૂર કરવાનો આ મુખ્ય ઉપાય છે. તેનો વિચાર વાચકોએ કરવો અને પોતાની વિપત્તિઓ દૂર કરવાના પ્રયત્નમાં ફેરવવાં થવું.

પહેલાં નેટલી આપતિઓ મણવી છે તે દૂર કરવા આજ એકમાત્ર ઉપાય છે. આ પહેલાં કેટલાક ઉપાયો બનાવ્યા છે. રાજ્યશાસનની સારી વ્યવસ્થા, આત્મશુદ્ધિ, પાંદરાશુદ્ધિ વગેરે બધા ઉપાયો ઉત્તમ છે જ પણ સર્વત્ર આ આત્મશુદ્ધિના ઉપાયની વિશેષતા છે આ વાત બૂલવી ન જોઈએ.



એ પ્રકારે ધીરો આત્મી પોતાના રથાને પહેાંચી જાય છે તે અસંભવિત છે.

પ્રકારે મનુષ્ય પણ પ્રયત્ન કરી પ્રત્યેક શુભ સ્થાન ઉપર વિપતિઓને દહાડવા વિશે આ યક્ત ધણેજ મદદરૂપ પહેાંચે છે. આટે મનુષ્યે પ્રયત્ન કરીને જ પુરુષાર્થથી સિદ્ધિ આદેશ આપે છે વાચકો જો તેનો વિચાર કરશે તો તેમને પ્રાપ્ત કરી, પ્રત્યેક શુભ સ્થાન મનુષ્યને પુરુષાર્થથી પ્રાપ્ત પોતાની વિપતિઓ દૂર કરી સપતિ પ્રાપ્ત કરવાનો આગ્રહ થાય છે. પુરુષાર્થ પ્રયત્ન વિના વિપતિઓ દૂર થતી અશક્ય દેખાશે. વાચકો આ યક્તથી સાત પ્રાપ્ત કરે

## વર્ચઃ પ્રાપ્તિ-સૂક્ત

કાંડ ૧, સૂક્ત ૬

( અધિ - અદર્શ । દેવતા - વરુણદેવો નાનાદેવતા )

અસ્મિન્વસુ વસંયો ધારયન્તિવન્દ્રઃ પૂષા વરુણો મિત્રો અમિઃ ।

હમર્માદિત્યા ઉત વિશ્વે ચ દેવા ઉત્તરસિન્ જ્યોતિર્વિ ધારયન્તુ

॥ ૧ ॥

અસ્ય દેવાઃ પ્રદિશિ જ્યોતિર્વસ્તુ ધર્ષો અધિકૃત વા હિરણ્યમ્ ।

સુપત્ના અસ્મદર્ધરે ભવન્તુશ્ચ મં નાક્રમર્ષિ રોહયેમમ્

॥ ૨ ॥

યેનેન્દ્રીય સમમરઃ પયોસ્પૃત્તમેન પ્રણંજા જાતવેદઃ ।

તેન ત્વમમ્ હૃદ વર્ધયેમં સંજાતાનાં શ્રેષ્ઠઘ આ ધેક્ષેનમ્

॥ ૩ ॥

યેર્ષાં વૃજ્ઞમૃત વર્ષોં દદેડહં રાયસ્પોયંમૃત ચિત્તાન્યયે ।

સુપત્ના અસ્મદર્ધરે ભવન્તુશ્ચ મં નાક્રમર્ષિ રોહયેમમ્

॥ ૪ ॥

અર્થ— ( અસ્મિન્ ) આ પુરુષનાં ( અસઘઃ ) વસુ દેવતાઓ તેજશ ઇન્દ્ર, પૂષા, વરુણ, મિત્ર, અમિ આ દેવો ( ઘસુ ) ધનને ( ધારયન્તુ ) ધારણ કરે આદિત્ય અને વિશ્વદેવ ( હમં ) આ પુરુષને ( ઉત્તરસિન્ જ્યોતિર્વિ ) અતિ ઉત્તમ તેજમાં ધારણ કરે [ ૧ ]

હે ( દેવાઃ ) દેવો ! ( અસ્ય ) આ પુરુષનાં ( પ્રદિશિ ) આદેશમાં જાણાતિ, ધર્ષ, અમિ અને હિરણ્ય ( અસ્તુ ) રહે ( સુપત્ના ) સુખી ( અસ્યસ્તુ અર્ધરે ) અમારા નીચે ( મધન્તુ ) શાપ અને ( હમં ) એને ( ઉત્તમં નાક ) ઉત્તમ સુખમાં ( અધિ રોહય ) તમે યદાઓ [ ૨ ]

હે ( જાતવેદ ) જાતી ઉપદેશક ! ( યેન ઉત્તમેન પ્રણંજા ) જે ઉત્તમ યાનથી ઇન્દ્રના ખાટે, ( પયોસિ સમમરઃ ) દુધ વગેરે રસો આપવામાં આવે છે ( તેન ) ઉત્તમ યાનથી, હે ( મજ્ઞે ) તેજસ્વી પુરુષ ! ( હમં ) એને ( હૃદ ) અહીં ( વર્ધય ) વધારો અને ( યન ) એને ( સંજાતાનાં શ્રેષ્ઠય ) પોતાની જાતિમાં શ્રેષ્ઠયાનમાં ( આ ધેક્ષેન ) સ્થાપિત કરે [ ૩ ]

હે ( અજ્ઞે ) તેજસ્વી પુરુષ ! ( યવા ) એમના વગો, ( વર્ષ ) તેજ, ( રાયઃ પોષ ) ધનની શક્તિ અને ચિત્ત વગેરેને ( અર્ધ આ વેદે ) હું પ્રાપ્ત કરે છું ( સુપત્ના ) સુખી અમારા નીચલા સ્થાનમાં રહે અને ( હમં ) આ મનુષ્યને ઉત્તમ સુખમાં ( અધિ રોહય ) પહેાંચાડો [ ૪ ]

## વર્ચ: પ્રાપ્તિ-સૂક્ત

આ સૂક્ત ' ઇર્ષ્ય-ગણ ' નું પ્રથમ સૂક્ત છે. વર્ચ-રમ ગણના સૂક્તોમાં ' તેજ-સ વર્ધન, બળ-સ વર્ધન, ધનની પ્રાપ્તિ, શરીરની પુષ્ટિ, સમાજ અથવા રાષ્ટ્રમાં સમાન પ્રાપ્તિ ' વગેરે અનેક વિષયો છે. વર્ચ-રમગણના કેટલાક સૂક્તો છે, તેમનો નિર્દેશ હવે પછીથી તે તે સ્થાને કરવામાં આવશે.

આ સૂક્તનો ભાવાર્થ જોતાં પહેલાંના સૂક્તોની કેટલીક વાતોનું સ્પષ્ટીકરણ કરવાની જરૂર છે, નહીં તો આ સૂક્તનો ભાવાર્થ સમજી શકી જાય. બધાથી પહેલાં સૂક્તમાં વર્ણવેલા દેવતાઓનો મનુષ્ય જોડે શું સંબંધ છે, તેનું સારું એવું જ્ઞાન થવું જરૂરી છે, માટે તેનો વિચાર બધાથી પહેલાં કરીશું—

### દેવતાઓનો સંબંધ

જે બ્રહ્માંડમાં છે, તે પિડમાં છે, તેમજ જે પિડમાં છે તે બ્રહ્માંડમાં છે, એટલે જે વિશ્વમાં છે તેનું બધું સર્વ એક બ્યક્તિમાં છે તેનો વિસ્તાર બધા વિશ્વમાં છે, તેનું વિશેષ જ્ઞાન નીચેના કેહા ઉપરથી થઈ શકે છે.

બ્યક્તિમાં દેવતા	સમાજમાં દેવતા	વિશ્વમાં દેવતા
નિવાસક	સમાજસ્થિતિની	વસવ ( અષ્ટ )
અકિતઓ	આઠ અકિતઓ	
સ્થૂલશરીર	માતૃભૂમિ	પૃથ્વી
સ્કંતાદિ ધાતુ	જલ, નદિ, નદ વગેરે	આપ્
શરીરનું તેજ	અગ્નિ, વિદ્યુત વગેરે	તેજ, જ્યોતિઃ
પ્રાણ	શુદ્ધ વાયુ	વાયુ
કાન	સ્થાન	આકાશ
અનપાન	ઔષધિ, વનસ્પતિ	સોમ
	ધાન્ય વગેરે	
પ્રકાશ	પ્રકાશ	અહ
ઈદ્રિયગણ	સાધારણ જનતા	નક્ષત્રાણી
		દેવ
જ્ઞાન	બ્રાહ્મણ, જ્ઞાની મનુષ્ય	બ્રહ્મા
જ્ઞાનતેજ	ક્ષત્રિય વીર	ઇન્દ્ર
પુષ્ટિ	રાષ્ટ્રપાલક અધિકારી	પૃથા
શાંતભાવ	જલાધિકારી	વરુણ
મિત્રભાવ	મિત્રજન	મિત્ર

વાણી	જ્ઞાની, ઉપદેશક	અગ્નિ
સ્વાતંત્ર્ય	સ્વતંત્ર વિચારના લોક	આદિત્યા
નેત્ર, દર્શનશક્તિ	દાર્શનિક વિદ્વાન	સપ્ત
બધા દિવ્યગુણો	બધા વિદ્વાન, કારીગરો	વિસ્વદેવાઃ
તેજ	ધન	હિરણ્ય
કુષ્ટ વિચાર	અનુભવ	સપ્તમા
જ્ઞાન	સ્વાધીનતા	નાક ( સ્વર્ગ )
તેજ	સ્વાધીનતા	ઉત્તમ જ્યોતિઃ
મુખ	સ્વાધીનતા	મધ્યમ જ્યોતિઃ
		અધમ જ્યોતિઃ

' અહ્યયર્ષ ' પુસ્તકમાં આશ્વાતારનું વૈદિકભાવ વર્ણન કર્યું છે, તે આ સાથે અવસ્થ વાંચો ( સ્વાધ્યાય મંડળ દ્વારા પ્રકાશિત મૂલ્ય રૂ. ૧-૫૦ ના પૈ )

આ કેહા ઉપરથી વાચકોને ખ્યાલ આવશે કે, સૂક્તોકત દેવતા શરીરમાં કયા રૂપમાં, રાષ્ટ્રમાં કયા રૂપમાં અને વિશ્વમાં કયા રૂપમાં રહે છે. સ્વર્ગેવ જગતમાં કયા છે તે બધા જાણે છે, તેજ અ સર્વે શરીરમાં છે, જેને નેત્ર અથવા દર્શનશક્તિ એમ કહે છે. રાષ્ટ્રમાં પણ જે પુરુષો વિશેષ વિચારથી રાષ્ટ્રની અવસ્થાનો વિચાર કરે છે તે દર્શનિક પુરુષ રાષ્ટ્રના સુરજ છે, કારણ કે તેમણે જતાવેલા માર્ગે જતું રાષ્ટ્ર ઉત્તમ અવસ્થામાં પહોંચે છે. આ પ્રકારે બીજી દેવતાઓના વિષે પણ સમજવું યોગ્ય છે.

આ સૂક્તની શરૂઆતમાં જ ' અસિન્ ' શબ્દ છે જેનો અર્થ ' આ માણસમાં એવો છે જ્યાં એવો પ્રજન ઉપરિધત થાય છે કે કયા માણસને ઉદ્દેશીને આવ્યા શબ્દ યોગ્ય છે ' પહેલાં સૂક્તનો સંબંધ આ સૂક્ત જોડે જોતાં સ્પષ્ટતાપૂર્વક પતો લાગે છે કે આ શબ્દનો સંબંધ પહેલાંના સૂક્તમાં વર્ણવેલા ' નય પ્રવિષ્ટ શુદ્ધ અગ્નિ ' મનુષ્યની જોડે છે. જે મનુષ્ય મનની શક્તિ બદલવાના કારણે આપણા ધર્મમાં પ્રવિષ્ટ થયે છે, તેની બધાથી વધારે ઉભવિ કરવાની ઇચ્છા કરવી એ દરેક માણસની ઇચ્છા છે. આપણા ધર્મમાં જે શ્રેષ્ઠ માં શ્રેષ્ઠ મેળવવાનું છે તે તેને શીઘ્ર પ્રાપ્ત થાય, એવી ઇચ્છા મનમાં ધારણ કરતી જોઈએ, એટલે તેને વિશેષ તેજ પ્રાપ્ત થાય એવી ઇચ્છા રાખવી જોઈએ જે કે આ સૂક્તનો પૂર્વાપર

સંજામ જોતાં આ મુકત નવ પ્રવિષ્ટાની તેજ્યુદ્ધિ માટે છે એનું સાંગે છે; તો પણ દરેક મનુષ્યની તેજ્યુદ્ધિ માટે સામાન્ય નિર્દેશો પણ આપ્યા છે અને તે દૃષ્ટિએ આ સામાન્ય મુકત બધા લોકોને ઉપયોગી પણ છે. વાયુક્રમે તેનો જાને રીતે વિચાર કરવો.

દબે આદો પદેશા મયોનો લાવાથાં આપવામાં આવે છે અને તે આપતી વેળા વ્યક્તિમાં જે દેવતા છે તે ખ્યાનમાં લઈને જ આપાય છે. વાયુક્રમે તેની ટુલના પ્રથમ આપેલા કોષ્ટક જોડે કરવી—

### ઉત્પત્તિના મૂળમંત્ર

પ્રથમ મંત્ર— ‘ આ મનુષ્યમાં જે નિવાસક શક્તિઓ તેમજ જ્ઞાત જલ, પુષ્ટિ, શાંતિ, મિત્રતા, તેમજ વાણી વગેરે શક્તિઓ છે, આ બધી શક્તિઓ ઝીનામાં ધન્યતા રચાવેલ છે તેના સ્વતંત્ર વિચાર અને તેની બધી છન્દિયો તેને ઉત્તમ તેજમાં ધારણ કરે. ’ ( ૧ )

મનુષ્યમાં અને જમતના દરેક પદાર્થમાં કેટલીક નિવાસક ( વસ્તુ ) શક્તિઓ છે, જે કારણે તે પદાર્થ બધવા પ્રાણી પોતાની અવસ્થામાં રહે છે. જે સમયે નિવાસક વસ્તુ શક્તિઓ વધે છે, તે સમયે પોષણ થાય છે અને ઘટે છે તે સમયે ક્ષીણતા આવે છે. તેમજ નિવાસક શક્તિઓનો નાશ થતાં મૃત્યુ નિમિત્ત છે, તે જ પ્રકારે બીજી શક્તિઓના વધ-ઘટના કારણે તે તે ગુણો વધે છે અથવા ઘટે છે. મનુષ્યમાં વસ્તુ-શક્તિઓ આઠ છે અને બીજા દેવતાઓમાં પ્રાપ્ત બીજી શક્તિઓ પણ છે આ શક્તિઓ વિકસિત રૂપમાં પ્રકાશિત થવાથી જ મનુષ્ય વસ્તુ ઝેટલે ધન પ્રાપ્ત કરે છે અને પોતે પોતાને ધન્ય કહી શકે છે. કારણકામ ઉત્પત્તિને આજ મૂળમંત્ર છે. ( ૧ ) પોતાની નિવાસક વસ્તુશક્તિઓના વિકાસ કરવો તેમજ ( ૨ ) પોતાની અંદર જ્ઞાતતેજની શક્તિ કરવી, ( ૩ ) પોતાની પુષ્ટિ કરવી, ( ૪ ) પોતાની અંદર સમતા અને શાંતિ રાખવી, ( ૫ ) મનમાં મિત્રભાવ વધારવો અને વિ-સક્રિય બોલો કરવો, ( ૬ ) વાણીની શક્તિ વિકસિત કરવી આ છ શક્તિઓ બધી જતાં મનુષ્ય દરેક પ્રકારનું ધન પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને તેથી પોતે પોતાને ધન્ય બનાવી શકે છે. અદોના ‘ વસ્તુ ’ શબ્દ ધન વાયક છે પણ અદો ધન ઝેટલે કેવળ પેસો નહિ, પરંતુ આ તે ધન છે જેમાં મનુષ્ય પોતે પોતાને શ્રેષ્ઠ પુરુષોમાં ધન્ય માની શકે છે. આ વસ્તુઓમાં બધી

નિવાસક શક્તિના વિકાસ વડે પ્રાપ્ત થનારી ધન્યતા આવી જાય છે. ( ૧ ) નિવાસક શક્તિ, ( ૨ ) જ્ઞાતતેજ, ( ૩ ) પુષ્ટિ, ( ૪ ) સમતા, ( ૫ ) મિત્રભાવ, ( ૬ ) વસ્તુત્વ, આ છ ગુણોની શક્તિ કરવાની સચતા આ પ્રકારે પ્રથમ મંત્રના પૂર્વાર્ધમાં આપી છે, અને બીજા અર્ધમાં કહ્યું છે કે ( ૭ ) ઝીના સ્વતંત્ર વિચાર અને ( ૮ ) ઝીની છન્દિય, શક્તિઓ ઝીને ઉત્તમોત્તમ તેજસ્વી રથાનમાં પહોંચાડે, મનુષ્યના સ્વતંત્ર વિચારો જ મનુષ્યની ઉત્પત્તિ કરે છે અથવા તેને નીચે પાડે છે, આ પ્રકારે છન્દિયો સ્વાધીન રહે તો જ તે સંધર્મી મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ બને છે, નહિ તો છન્દિયોના આધીન થઈ દુર્બલ બનેલો મનુષ્ય દરેક જાતના દુર્બલ થઈ જાય છે. મનુષ્યની અરેખર અજ-વિદ્ય ઉત્પત્તિ કરવાનું આ સાર્વન પ્રથમ મંત્રમાં આપ્યું છે. તે દરેક માણસે ઝીના જેવું છે. દબે બીજો મંત્ર જુઓ—

( વસ્તુ ઝેટલે સંધર્મ )

બીજો મંત્ર— ‘ હે દેવો ! આ મનુષ્યની આઠામાં તેજ, નેત્ર, વાણી અને ધન રહે. આઠામાં કનુનીયે યજ્ઞ ભય અને ઝીને સુખની ઉત્તમ અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય. ’ ( ૨ )

મંત્રમાં ( અસ્ય પ્રવિષ્ઠિ સુર્યા અસ્ય ) તેની આઠામાં સૂરજ રહે એવું વાયક છે. વાયકો ભણે જ છે કે જાણી આઠામાં સૂરજ રહી જ શકે નહિ કારણકે તે મનુષ્યની શક્તિના બહાર છે; પરંતુ સૂરજનો અંશ જે શરીરમાં નેત્રરથાનમાં રહે છે અને જેને નેત્રછન્દિય કહે છે તે તે સંધર્મી પુરુષના આધીન રહી શકે છે તે ઉપરથી પહેલાં આવેલા જ્ઞાની વાત સિદ્ધ થાય છે કે વ્યક્તિના વિશે વિચાર કરતી વેળા દેવતાઓના શરીરરચનાની અંશ જ લેવા જોઈએ, જેમ કે પહેલાં મંત્રમાં કહ્યું છે તેમ આ મંત્રમાં પણ સમજાવ્યું.

મનુષ્યની અંદર આઠજોતિના અંશ તેજ, સૂર્યનો અંશ આંખમાં, અગ્નિના અંશ વાણીમાં રહે છે. તે જ પ્રકારે બીજા દેવોના અઠ અઠો રહે છે. તે જ છન્દિયશક્તિઓ છે. મનુષ્યની રૂક્તિ, આંખ અને વાણી તેમજ ઉપલક્ષણથી બીજા છન્દિયો પણ તેની આઠામાં રહે, ઝેટલે છન્દિયો સ્વતંત્ર ન બને. તાવતે મનુષ્ય છન્દિયસમય અને મનો-વિશદ્ધ કરી પોતાની શક્તિઓ પોતાના આધીન રાખે પોતાના છન્દિયો પોતાના કાળમાં રાખવા તે આત્મવિજય પ્રાપ્ત કરવા જેવું છે. આ પ્રકારનો આત્મવિજયી માણસ શત્રુઓને દબાવી શકે છે અને ઉત્તમ સુખ પ્રાપ્ત કરી શકે છે, એ દુનિયામાં

વિજય મેળવેલા હોય, યજ્ઞોએને દબાવવા હોય તેમજ ઉત્તમ સુખ કમાવવું હોય, તો પોતાની શક્તિઓને બધાથી પહેલાં સ્વામીન કરવી જોઈએ. આ મહત્વપૂર્ણ ઉપદેશ અહીં મળે છે. હવે ત્રીજો મંત્ર જુઓ.

જ્ઞાન વડે જાતિમાં શ્રેષ્ઠતાની પ્રાપ્તિ.

ત્રીજો મંત્ર- ‘જે ઉત્તમ જ્ઞાન વડે ક્ષત્રિયોને ઉત્તમોત્તમ યજ્ઞ પ્રાપ્ત થાય છે, હે ધર્મોપદેશક ! તે ઉત્તમ જ્ઞાનથી અહીં આ મનુષ્યની વૃદ્ધિ કર અને તેથી પોતાની જાતિમાં તેને શ્રેષ્ઠતા પ્રાપ્ત થાય (૩)

ક્ષત્રિયને, ધર્મને અથવા રાજાને જે જ્ઞાન વડે ઉત્તમ ભોજન પ્રાપ્ત થાય છે અને જે જ્ઞાનના કારણે તે બધાથી શ્રેષ્ઠ સમજાય છે, તે જ્ઞાન આ મનુષ્યને પ્રાપ્ત થાય અને આ મનુષ્ય પણ તેવી જ રીતે પોતાની જાતિમાં અથવા પોતાના રાષ્ટ્રમાં શ્રેષ્ઠ બને રાષ્ટ્રના દરેક પુરુષને શ્રેષ્ઠ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાના બધા સાધનો ખુલ્લા રહેવા જોઈએ. જે મનુષ્યનું નવું પ્રવિરૂઢ થવા હોય અથવા તે જાતિમાં ઉત્થાન થયે હોય તથા દરેક મનુષ્યમાં આ મહત્વપૂર્ણ જ્ઞાન જોઈએ કે જે પછી તે જ્ઞાનને પ્રાપ્ત કરી તેણે જ શ્રેષ્ઠ બનીશ, જે મારી જાતિનો નેતા બનીશ અને પોતાના દેશમાં શ્રેષ્ઠતા પ્રાપ્ત કરીશ. આ મંત્રનો આશય દરેક નિત્ય સમયમાં સમજવા યોગ્ય છે. હવે છેલ્લો મંત્ર જુઓ—

જનતાની બલાઈ કરવી

ચોથો મંત્ર- ‘આ બધાનાં ચિત્ત જે મારી તરફ જાય છે તે હું અને તેમના ધનની વૃદ્ધિ હું કરીશ. તેમજ તેમનાં સ્વર્ગમાં પ્રસારીશ, અમારા યજ્ઞો નીચે દબાઈ જાય અને અમાને ઉત્તમ સુખનું સ્થાન પ્રાપ્ત થાય (૪)

(૧) પહેલાં મંત્રના ઉપદેશાનુસાર આચરણ કરી આપણી શક્તિની ઉન્નતિ કરી, (૨) બીજા મંત્રના ઉપદેશાનુસાર આચરણ કરી ઉદ્ધિ સંધ્ય દ્વારા આત્મવિજય પ્રાપ્ત કર્યો, (૩) ત્રીજા મંત્રના ઉપદેશાનુસાર પોતાની જ્ઞાનની વૃદ્ધિ દ્વારા પ્રશસ્ત કરી પોતાની જાતિમાં બહુમાન પ્રાપ્ત કર્યો, ત્યારે (૪) આ ચોથા મંત્રમાં વર્ણવેલ જનતાની બલાઈ કરવાના ઉત્તમોત્તમ કર્મ કરાવવાનો યોગ્ય અવસર પ્રાપ્ત થાય છે. વાચકોએ આ ચાર મંત્રોમાં વર્ણવેલી ચાર સીડીઓ જુઓ અને તેનો વિચાર કરશે તો સમજાશે કે અહીં

આ સૂક્તમાં વેદ થોડા છબ્દોમાં માનવી ઉન્નતિનો અત્યંત મનનીય ઉપદેશ આપ્યો છે. તેનો વાચકો જેટલો વિચાર કરે તેટલો થોડો જ કહેવાય. જુઓ—

ઉત્પત્તિની ચાર સીડીઓ

પોતાની શક્તિઓનો વિકાસ

પ્રથમ મંત્ર- ક્ષત્રિયની કારકશક્તિઓ, નિદ્રિયો અને અવધવાની બધી શક્તિઓ, તેમજ મનની વિચારશક્તિઓનો ઉત્તમ વિકાસ કરો

સ્વશક્તિઓનો સંધ્યમ

બીજો મંત્ર- પોતાના આધીન પોતાની બધી શક્તિઓ રાખો, સંધ્ય દ્વારા આત્મવિજય પ્રાપ્ત કરી યજ્ઞોને દૂર કરો અને સુખી યજ્ઞ ભવ

જ્ઞાનવૃદ્ધિ વડે સ્વજાતિમાં સંમાન

ત્રીજો મંત્ર- ‘જ્ઞાનની શક્તિ વડે વિવિધ રસ પ્રાપ્ત કરો અને શક્તિ દ્વારા સ્વજાતિમાં શ્રેષ્ઠ બનો.

જનતાની ઉત્પત્તિ માટે પ્રયત્ન

ચોથો મંત્ર- લોકોનાં ચિત્ત પોતાના તરફ આકર્ષિત કરો, લોકોના ધનની શક્તિ કરો અને તેમના પ્રશસ્ત કર્યોને પ્રસારો તેથી યજ્ઞોને દૂર કરી સુખના સ્થાને વિરાજો

આ ચાર મંત્રો મહત્વપૂર્ણ ચાર આદેશો આપી રહ્યા છે, (૧) સ્વશક્તિ સંધ્યમ, (૨) આત્મસંધ્યમ, (૩) જ્ઞાનના કારણે જાતિમાં શ્રેષ્ઠ અને (૪) જનતાની બલાઈ માટે પ્રયત્ન આ સંક્ષેપમાં ચાર આદેશ છે. આ ચાર મંત્રો ઉપર ચાર વિરતુત વ્યાખ્યાન થઈ શકે છે, એટલું આ ઉપદેશોનું મહત્ત્વ અને વિસ્તાર છે.

ચોથા મંત્રમાં ‘વર્ણ’ શબ્દ છે, તે આ બધા લોકોનું એવો ભાવ બતાવે છે. આ બધા લોકોનાં મન હું પોતાની તરફ આકર્ષિત કરું છું, તેમના ધનને વધારવાનો ઉપાય હું કરું છું, તેમના પ્રશસ્ત કર્યોને વધારું છું અને તેમના બધા યજ્ઞોને નીચે દબાવી નાખું છું. તેથી બધાને સુખ પ્રાપ્ત થાય, એવા પ્રયાસ કરું છું. એવો આ ચોથા મંત્રનો ભાવ જાતિ સ્પર્શ અને સુગમ છે વાચકો તેનું મનન કરે અને આ સૂક્તને પોતાના આચરણમાં ઢાળી દે

વચન-યજ્ઞના સૂક્તના ઉત્તમ ઉપદેશનો અનુભવ અહીં

વાયકાને યથા જ દશી આ પ્રકારે દવે પછી પશુ એવા જ  
કેટલાક શૂદ્રો આનસો તે વખતે તેની સચના આપીશુ વાયકા  
ગજોના અનુસાર ચક્રતોને સિચાર કરે અને લાકા પ્રાપ્ત કરે.

આ સૂક્તોનો સ્મરણીય ઉપદેશ

૧ તૌલસ્ય પ્રાશાન્-તોધીને ખાવો, ખિતભોજન કરો.

૨ પ્રજાં નયસ્ય- સંતતિને સાચો ખાતું ખતાવો

૩ પ્રહ્લણા યાદુઘાન- યાનથી ( વધનારા તેમજ  
ખીનને ) વધારનારા ( યાવ )

૪ હસ્તરસિન્ જ્યોતિષિ ધારવન્તુ- અધિક શ્રેષ્ઠ  
તેજમાં ( એની ) ધારણા કરે

૫ અસ્ય પ્રવિશિ જ્યોતિઃ સૂર્યઃ અગ્નિ વત દિવસ્ય  
અસ્તુ- આની આગમાં ચરન્, અગ્નિ અને ધન ગટે.

( એટલે ) આ ( મનુષ્ય ) ની આગમાં વિધની વસ્તુઓ  
રહે અને કદિ મનુષ્ય તેમની આગમાં જઈ પરાધીન ન થાય

૬ સપત્ના અસ્યદધરે પ્રથમ્નુ- શત્રુ વખારા નીચે  
રહે

૭ હસ્યં નાક અધિ રોહયેનમ્- એને ઉત્તમ  
સ્થાનમાં વધાવો.

૮ સજાતાનાં મિથ્ય આ ઘેરોનમ્- એને પેતાની  
ભતિમાં શ્રેષ્ઠ બનાવો

## શુદ્ધિની વિધિ

કાંક ૨, સૂક્ત ૧૬-૨૩

( અર્થ - અથર્વા । દેવતા - અગ્નિ, યામુ, સૂર્ય, ચન્દ્ર, આપ । )

( ૧૧ )	અગ્ને યત્તે તપસ્તેન તં પ્રતિં તપ્ યોઃસ્માન્દેદિ યં વયં દ્વિષ્માઃ	॥ ૧ ॥
	અગ્ને યત્તે હરસ્તેન તં પ્રતિં હર યોઃસ્માન્દેદિં	॥ ૨ ॥
	અગ્ને યત્તેઽર્ચિસ્તેન તં પ્રત્યર્ચ યોઃ	॥ ૩ ॥
	અગ્ને યત્તે શોચિસ્તેન તં પ્રતિં શોચ યોઃ	॥ ૪ ॥
	અગ્ને યત્તે તેજસ્તેન તમતેજસં કૃણુ યોઃ	॥ ૫ ॥
( ૨૦ )	વાયો યત્તે તપસ્તેન તં પ્રતિં તપ્ યોઃસ્માન્દેદિ યે વયં દ્વિષ્માઃ	॥ ૧ ॥
	વાયો યત્તે હરસ્તેન તં પ્રતિં હર યોઃ	॥ ૨ ॥
	વાયો યત્તેઽર્ચિસ્તેન તં પ્રત્યર્ચ યોઃ	॥ ૩ ॥
	વાયો યત્તે શોચિસ્તેન તં પ્રતિં શોચ યોઃ	॥ ૪ ॥
	વાયો યત્તે તેજસ્તેન તમતેજસં કૃણુ યોઃ	॥ ૫ ॥

અર્થ— હે અગ્નિ, વાયુ સૂર્ય, ચન્દ્ર અને આપ દેવતાઓ ! તમારી આદર ને ( તપઃ ) તપાવવાની શક્તિ છે તેથી  
( ત પ્રતિ તપ ) તેને તપાવો ( ય અસ્માન્ દેદિ ) ને એકથી અમરા બધાનો દેવ કરે છે અને ( ય વયં દ્વિષ્માઃ )  
એનો અમે બધા દૂષ કરીએ છીએ [ ૧ ] હે દેવો ! ને તમારી આદર ( હર ) હરણ કરવાની શક્તિ છે તે વડે ( પ્રતિહર )

- ( ૨૧ ) સૂર્ય યત્તે તપસ્તેન તં પ્રતિં તપ યોદ્ધેસ્માન્દેષ્ટિ યં વ્યં દ્વિષ્મઃ ॥ ૧ ॥  
 સૂર્ય યત્તે હરસ્તેન તં પ્રતિં હર યો ॥ ૨ ॥  
 સૂર્ય યત્તેઽર્ચિસ્તેન તં પ્રત્યર્ચ યો ॥ ૩ ॥  
 સૂર્ય યત્તે શોચિસ્તેન તં પ્રતિં શોચ યો ॥ ૪ ॥  
 સૂર્ય યત્તે તેજસ્તેન તમતેજસં કૃણુ યો ॥ ૫ ॥
- ( ૨૨ ) ચન્દ્ર યત્તે તપસ્તેન તં પ્રતિં તપ યોદ્ધેસ્માન્દેષ્ટિ યં વ્યં દ્વિષ્મઃ ॥ ૧ ॥  
 ચન્દ્ર યત્તે હરસ્તેન તં પ્રતિં હર યો ॥ ૨ ॥  
 ચન્દ્ર યત્તેઽર્ચિસ્તેન તં પ્રત્યર્ચ યો ॥ ૩ ॥  
 ચન્દ્ર યત્તે શોચિસ્તેન તં પ્રતિં શોચ યો ॥ ૪ ॥  
 ચન્દ્ર યત્તે તેજસ્તેન તમતેજસં કૃણુ યો ॥ ૫ ॥
- ( ૨૩ ) આપો યદ્વસ્તપસ્તેન તં પ્રતિં તપત યોદ્ધેસ્માન્દેષ્ટિ યં વ્યં દ્વિષ્મઃ ॥ ૧ ॥  
 આપો યદ્વો હરસ્તેન તં પ્રતિં હરતુ યો ॥ ૨ ॥  
 આપો યદ્વોઽર્ચિસ્તેન તં પ્રત્યર્ચતુ યો ॥ ૩ ॥  
 આપો યદ્વઃ શોચિસ્તેન તં પ્રતિં શોચતુ યો ॥ ૪ ॥  
 આપો યદ્વસ્તેજસ્તેન તમતેજસં કૃણુતુ યો ॥ ૫ ॥

તેનો દોષ હરણ કરો, જે અમારો દેવ કરે છે અને જેનો અમે દેવ કરીએ છીએ [ ૨ ] હે દેવો ! જે તમારી અદર ( અર્ચિ ) દીપન શક્તિ છે તેથી એવું ( પ્રત્યર્ચ ) સદીપન કરો જે અમારો દેવ કરે છે અને જેનો અમે દેવ કરીએ છીએ [ ૩ ] હે દેવો ! જે તમારો અદર ( શોચિ ) શુદ્ધ કરવાની શક્તિ છે તે વડે તેને ( પ્રતિશોચ ) શુદ્ધ કરો જે અમારો દેવ કરે છે અને જેનો અમે દેવ કરીએ છીએ [ ૪ ] હે દેવો ! જે તમારી અદર ( તેજ ) તેજ છે તે વડે તેને ( અ-તેજસં ) તેજહીન કરો જે અમારો દેવ કરે છે અને જેનો અમે દેવ કરીએ છીએ [ ૫ ]

ભાષાાર્થ— હે અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય, ચન્દ્ર અને આપ દેવો ! તમારા દરેકની અદર તપ હર, અર્ચિ, શોચિ અને તેજ આ પાંચ શક્તિઓ છે, મારે કૃપા કરી અમારા દેવ કરનારાઓને આ શક્તિઓથી પરિશુદ્ધ કરો, એટલે તેમને તપાવી, શોધના દોષોહુ હરણ કરી તેમનામાં અતરય પ્રકાશ ઉત્પન્ન કરી તેમની શુદ્ધિ કરી અને તેમને તમારા દિવ્ય તેજ વડે પ્રભાવિત કરી શુદ્ધ કરો જેથી તે કદિ કોઈના દેવ કરશે નહિ અને હજીમગી આનંદથી રહેશે ( ૧-૫ )

## શુદ્ધિની વિધિ

પાંચ દેવો

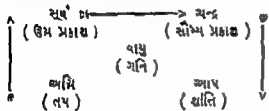
આ પાંચ સૂક્તોમાં પાંચ દેવોની પ્રાર્થના કરેલી છે અથવા દુષ્ટોને સુધારવાના કાર્યમાં તેમની શક્તિઓની યાચના કરી છે આ પાંચ દેવતાઓ આ છે—

અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય, ચન્દ્ર, આપ :

અગ્નિમાં તપાવવાની શક્તિ છે, વાયુમાં હવાવવાની શક્તિ છે, સૂર્યમાં પ્રકાશ શક્તિ છે, ચન્દ્રમાં સૌમ્યતા અને આપ એટલે જળમાં પુણ્ય શક્તિની શક્તિ છે એટલે આ દેવતાઓ એ બધવરચાથી એક પછી બીજા આવેલી છે કે પહેલા તપાવવાથી પ્રારંભ શુદ્ધ બધાને આ તે શક્તિ મળી નહય. છેતે

બે દેવો ચન્દ્ર અને આપ પૂર્ણ શક્તિ આપનારા છે. અગ્નિ અને સૂર્ય તપાવનારા છે અને વાયુ પ્રાણગતિ અથવા જીવન ગતિને આપનારા છે. બે વાયક આ બંધારણ બોધે તો તેમને દુષ્ટોને સુધારવાની વિધિ નિશ્ચયરૂપે ખજર પડશે.

### પંચાચનન



પહેલાં અગ્નિ તપાવે છે, વાયુ તેમાં ગતિ કરે છે, તે બંને સૂર્યના ઉષ્મ પ્રકાશમાં તેને ઝૂકે છે ત્યાર પછી ચન્દ્રના સૌમ્ય પ્રકાશ આવે છે અને પછી જળનત્વની પૂર્ણ શક્તિ અથવા શક્તિમય જીવન તેને પ્રાપ્ત થાય છે. શુદ્ધ થવાનો આ રસ્તો છે આ ક્રમ વિશેષ મહત્વપૂર્ણ છે અને તેથી આ પાંચ સૂક્તોનો વિચાર બહોં એક સામયે કર્યો છે.

### પાંચ દેવોની પાંચ શક્તિઓ

પાંચ દેવોની પાંચ શક્તિઓ આ સૂક્તમાં વર્ણન કરી છે તેમના નામ આ છે.

‘તપઃ, હરઃ, અર્ચિઃ, શોચિઃ, તેજઃ’ આ પાંચ શક્તિઓ છે. આ પાંચ શક્તિઓ પ્રત્યેક દેવો પાસે હોય છે. તેથી વાયક ભાષી શ્લોકો દરેકની આ શક્તિઓ ઓળખે છે. અગ્નિનું તેજ, સૂર્યનું તેજ અને જળનું તેજ ઓળખે છે, તે વિશે ઓળખે શકા હોય શકે નહિ. તેથી પ્રત્યેક દેવો પાસે આ પાંચ શક્તિઓ હોવા છતાં તેમનું સ્વરૂપ અને ક્રાય જિજ્ઞાસિત છે. જેમ ‘હરઃ’ નામક શક્તિ વિશે જુઓ. હરઃ નો અર્થ ‘દરજી કરતું’, ‘દરી સેતું’ અર્થે આ એક જ શક્તિને વિપરોક્ત થઈ દેવ કેટલાં પ્રકારે કરે છે તે જુઓ—

૧ અગ્નિ—શીતતાનું દરજી કરે છે, તપાવે છે.

૨ વાયુ—ભીનાસનું દરજી કરે છે, સૂકાવે છે.

૩ સૂર્ય—સમયનું દરજી કરે છે, જીવન પ્રગટાવે છે.

૪ ચન્દ્ર—મનસ્તાપનું દરજી કરે છે, મનની પ્રસન્નતા આપે છે.

૫ જલ—શારીરિક મજબૂતી દરજી કરે છે, શુદ્ધતા કરે છે.

પ્રત્યેક દેવ દરજી કરે છે, પછી તેમના દરજી કરવાના પદાર્થ જુદા જુદા છે તેજ પ્રકારે ‘તપન, હરણ, અર્ચન,

શોચન અને તેજન’ દ્વારા આ દેવો તરફથી મનુષ્યને સુધારો થાય છે. પ્રત્યેક દેવતાના આ પાંચ ગુણ છે અને પાંચ દેવતા છે, તેથી સુધારક સ્વરૂપે આટલે પચીસ માળખીઓથી ગળવવાની જરૂરી છે. આ વાત વાચકોને વિચાર કરવાથી સદેજમાં સમજાઈ જશે.

આ શુદ્ધિની વિધિ જોવા માટે અમે બહોં જાણી પાંચ ગુણ શક્તિઓનો અવસ્થા વિચાર કરવો જોઈએ

૧ તપઃ—તપનું, તપાવનું, એનું મહત્વ બારે છે. સૂર્યનું વજરે ધાતુ અગ્નિમાં તપાવથી શુદ્ધ બને છે. કાર્મિક, વામિક, માનસિક તપથી મનુષ્યની શુદ્ધિ થાય છે. તપનું અનેક પ્રકારનું હોય છે. તપ અનેક પ્રકારનાં છે, તે બધાનો ઉદ્દેશ શુદ્ધિ કરવી એટલો જ છે.

૨ હર—દરજી કરતું, દરી સેતું. દોષોનું દરજી કરતું, દોષો દૂર કરવા. સેતું વજરે ધાતુઓને અગ્નિમાં તપાવવાથી દોષો દૂર થાય છે અને તેમની શુદ્ધિ થાય છે. આ પ્રકારે બીજાં તપ કરવાથી દોષ દૂર થાય છે અને શુદ્ધિ થાય છે.

૩ અર્ચિઃ—અર્ચ ધાતુનો અર્થ ‘પૂજા અને પ્રકાશ’ છે. પહેલાંની બે વિધિઓ વડે શુદ્ધતા થયા પછી આ પૂજા અથવા ઉપાસનાનો પ્રકાર તે મનુષ્યની અંદર નામવામાં આવે છે. દોષ દૂર થયા પછી આ થશે તે પહેલાં નહિ.

૪ શોચિઃ—ગુણ ધાતુનો અર્થ ‘શોધન કરવું’, શુદ્ધતા કરવી. તપ, દોષદરજી અને અર્ચન પછી શોધન થાય છે. શોધનનો અર્થ ‘ઝીણમીં ઝીણા દોષ ઓળખી કાઢી દૂર કરવા, દરજી અને શોધનમાં જોડે છે તે વાચકોએ અવસ્થા બાદમાં રાખવો. રચ્યુલદોષોનું દરજી થાય છે અને સદૃશ દોષોનું શોધન થાય છે, આ પ્રકારે શોધન થયા પછી—

૫ તેજઃ—તેજન કરતું, જિજ્ઞાસુ ધાતુનો અર્થ ‘તેજ કરવું’ અને પાલન કરવું એવો છે. સ્મૃતિની ધાર તેજ કરાય છે તેજ પ્રકારે તેજન કરવું એવો અર્થો અર્થ છે. તીક્ષ્ણ બનાવવું, તેજ કરવું, શુદ્ધિની તીવ્રતા સંપાદન કરવી.

દાખલા તરીકે સોષકની વાત જુઓ. પહેલાં (તપઃ) તપાવી તેને ચરમ કરાય છે, ત્યાર પછી તેના દોષ (હરઃ) દૂર કરાય છે, (અર્ચિઃ) પછી તેને કાષ્ઠ આકારમાં ડોળવામાં આવે છે, પછી (શોચિઃ) પાણીમાં બાણી પાણી અલગવામાં આવે છે અને ત્યાર પછી (તેજઃ) તે સ્મૃતિ

તેજ કરવામાં આવે છે. આ એક ચપ્પુ અથવા છરી બનાવવાની સાદી વાત છે. તેમાં પશુ ઝોઝા-વત્તા પ્રમાણમાં આ વિધિઓનો ઉપયોગ થાય છે. પછી મનુષ્ય જેવા શ્રેષ્ઠ જીવની શુદ્ધતા માટે એઓનો ઉપયોગ બીજી રીતે થાય એમાં કહેવાની શું જરૂર છે ! તાત્પર્ય ' તપન, હરણ, અર્ચન, શોધન, સેવન ' આ પાંચ પ્રકારની શુદ્ધિની વિધિ છે. જેથી દેહી મનુષ્યની શુદ્ધતા થઈ શકે છે. કુષ્ટ મનુષ્યનો સુધારો કરી તેને પવિત્ર મહાત્મા બનાવવાની વૈદિક રીત છે. ગાયકો તેનું વિશેષ મનન કરે.

### મનુષ્યની શુદ્ધિ

આ વિધિ મનુષ્યમાં ક્યા પ્રકારે યોગ્ય છે તેનો વિચાર કરવો જોઈએ. આ કાપ માટે પહેલાં કહેલા દેવો મનુષ્યમાં ક્યાં અને ક્યા રૂપમાં રહે છે તેનો વિચાર કરવો જોઈએ. તેનો નિશ્ચય કરવાથી આ શુદ્ધિકરણ વિધિનો આપ શ્રેષ્ઠ પત્તો લાગશે. માટે પહેલાં કહેલા પાંચ દેવો મનુષ્યના શરીરમાં ક્યાં અને ક્યા રૂપમાં રહેલા છે તે જુઓ—

### દેવર્થ-આવૃત્તન

મનુષ્યમાં અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય, ચંદ્રમા અને આપ આ પાંચ દેવતાઓ નીચે લખ્યા મુજબ રહે છે—

૧ અગ્નિ: ( અગ્નિર્વાક મૂલ્વા મુલં પ્રાવિશત્ )—અગ્નિ વાણીનું રૂપ ધારણ કરી મનુષ્યના મુખમાં પ્રવેશ્યો છે. એટલે મનુષ્યની અંદર અગ્નિનું રૂપ તેની વાણી છે.

૨ વાયુ: ( વાયુઃ પ્રાણો મૂલ્વા નાસિકે પ્રાવિશત્ )—વાયુ પ્રાણનું રૂપ ધારણ કરી નાક દ્વારા શરીરમાં પ્રવેશ્યો છે અને પ્રાણ અગિયાર પ્રકારના થઈ બધા શરીરમાં વ્યાપે છે.

૩ સૂર્ય: ( સૂર્યઃ ચક્ષુર્મૂલ્વા અક્ષિણી પ્રાવિશત્ )—સૂર્ય દષ્ટિ બની આંખોમાં પ્રવેશ્યો છે.

૪ ચંદ્ર: ( ચન્દ્રમાઃ મનો મૂલ્વા હૃદયં પ્રાવિશત્ )—ચંદ્ર મનના રૂપે હૃદયમાં આવીને વસેલો છે.

૫ આપ: ( આપો રેતોમૂલ્વા ઝિઝં પ્રાવિજત્ )—પાણી વીર્ય બની યિરનના સ્થાને વસ્યું છે.

આ પાંચ દેવો આ પાંચ રૂપમાં પોતે પોતાને ઢાળી મનુષ્ય દેહમાં આવી આ સ્થાનોમાં વસ્યા છે. આ વાત વિશેષ વિસ્તાર પૂર્વક એતરેય ઉપનિષદમાં લખી છે. ત્યાં જ વાચકોએ જોવી. અહીં જે વાચકો લીધા ■ તે એતરેય ઉપનિષદ ( ૧૨ )

માંથી લીધેલાં છે. આ વાચકોના મનની માદિની ધરી કે આ દેવોનો શરીરમાં વાસ ક્યાં છે. હવે આ અર્થ લઘુ પહેલાંના મત્રોના અર્થ જોઈશું—

સૂક્ત ૧૯ ( અગ્નિઃ વાણી )— હે વાણી ! જે તારી અંદર તપ છે તે તપ વડે જે અમારો બધાનો દૂષ કરે છે તેને તપ કર, તેમજ જે તારી અંદર હરણશક્તિ છે તે વડે તેના દોષ હરણ કર, જે તારી અંદર રીપનશક્તિ છે તેથી તેનું અંતઃકરણ પ્રકાશિત કર, જે તારી અંદર શોધક શક્તિ છે તે વડે તેને શુદ્ધ કર અને જે તારી અંદર તેજ ■ તેથી તેને તેજસ્વી કર. ( ૧-૫ )

સૂક્ત ૨૦ ( વાયુઃ પ્રાણ )—હે પ્રાણ ! જે તારી અંદર તપ, દોષ-હરણશક્તિ, રીપનશક્તિ, શોધનશક્તિ અને તેજનશક્તિ છે, તે શક્તિઓ વડે જે અમારા બધાનો દૂષ કરે છે તેના દોષ દૂર કર. ( ૧-૫ )

આ પ્રકારે બાકીના સકલોના વિષે જણવું. દરેકની પાંચ શક્તિઓ છે અને તે વડે જે શુદ્ધતા થવાની છે તેનો માર્ગ નિશ્ચિત છે, તે હવે આ અર્થથી સ્પષ્ટ થયું. જે બાલ દેવતાઓ છે તેમના અંશો અમારામાં વિદ્યમાન છે, તે અંશોની અનુકૂલતા-પ્રતિકૂલતાથી મનુષ્યનો સુધારો અથવા અસુધારો થાય છે, તે જાણી આ રીતે પોતાની શુદ્ધતા કરવાનો યત્ન કરવો જોઈએ. તેમજ જે દૂષ કરનારા કુર્મન છે તેમને સુધારવા પણ આ રીતે પ્રયત્ન કરવો યોગ્ય છે.

### શુદ્ધિની રીત

શુદ્ધિની રીત પાંચ પ્રકારની છે એટલે પાંચ સ્થાનમાં શુદ્ધતા થવી જોઈએ ત્યારે જ દોષ યુક્ત મનુષ્યની શુદ્ધતા થઈ શકે છે. તેનું સંક્ષેપમાં વર્ણન જુઓ—

૧ વાણીનું તપ— બધાથી પહેલાં વાણીનું તપ કરવું જોઈએ. જે શુદ્ધ થવા ઇચ્છતો હશે અથવા જેના દોષો દૂર કરવાના છે, તેણે બધાથી પહેલાં વાણીનું તપ કરવું જોઈએ. સત્ય ભાષણ, ઐન વગેરે વાણીના તપો પ્રખ્યાત છે. વાણીમાં જે દોષ હશે તેમને પણ દૂર કરવા જોઈએ, વાણીમાં પ્રકાશ અથવા અસહતા લાવવી જોઈએ, જે બોલવું તે સાવધાનીથી પરિશુદ્ધ વિચારોથી યુક્ત જ બોલવું જોઈએ. આ પ્રકારે વાણીની શુદ્ધતા કરવાના પ્રયત્નો કરી વાણીનું તેજ એટલે પ્રલાવ ધણે વધારી શકાય છે જેથી દરેક મનુષ્ય તેના શબ્દો સાંભળવા ઉત્સુક બને છે. ( સ. ૧૮ )



૨ પ્રાણનું તપ- પ્રાણવાયથી પ્રાણનું તપ થાય છે. જે પ્રકારે કુંકળથી પતન નાખવાથી અગ્નિનું રીપન થાય છે, તેજ પ્રકારે પ્રાણવાયથી શરીરની નસો-નાડીઓની શુદ્ધતા થઇ તેજ વધે છે, શરીરના રોગો દૂર થાય છે, પ્રકાશ વધે છે, શોધન થાય છે અને તેજસ્વિતા પણ વધે છે. આ અનુશાન વડે મનુષ્ય નિરોધ થાય છે. ( ચ. ૨૦ )

૩ અપાનનું તપ- અપાનોથી કુષ્ઠ ભાવથી કોઇની તરફ ન જોવું અને મંગલ કારનાથી જ પોતાની દૃષ્ટિને ઉપયોગ કરવો તેનું નામ અપાનનું તપ છે. વાયુકેન્દ્રે અર્ધાં વિચાર કરવો કે પોતાની અગ્નિ કયા પ્રકારનાં પાપ થઇ રહ્યા છે અને કયા પ્રકારનું પતન થાય છે, તેનાથી ખચવાનો પ્રયાન કરેકે કરવો જોઇએ. તેજ પ્રકારે બીજા દૃષ્ટિએ સંયમ કરવો તે પણ તપ છે જે મનુષ્યોની શુદ્ધતા કરી શકે છે પોતાના દૃષ્ટિએ ખરાબ રસ્તેથી હટાવવું અને સારા રસ્તે ચલાવવું મહત્વપૂર્ણ તપ છે, તેથી રોષો દૂર થાય છે, શોધન થાય છે અને તેજ પણ વધે છે. ( ચ. ૨૧ )

૪ મનનું તપ- સત્ય પાલન કરવું મનનું તપ છે. ખરાબ વિચારો મનમાંથી દૂર કરવા એ પણ તપ છે. આ પ્રકારે મનનું તપ કરવાથી મનના રોષો દૂર થઇ જાય છે. મન પવિત્ર થાય છે અને શુદ્ધ બની તેજસ્વી થાય છે. ( ચ. ૨૨ )

૫ વીર્યનું તપ- ( અહમ્યમ ) શિરન ઉદિપનું, વીર્યનું વ્યયવા કામનું તપ અહમ્યમ નામથી પ્રસિદ્ધ છે. અહમ્યમથી બધા અપમૃત્યુ દૂર થઇ જાય છે અને અનંત પ્રકારના સાલ થાય છે. રોગ વગેરે ભય દૂર થાય છે અને નિર્ભયનું આરોગ્ય મળે છે. અહમ્યમના વિષયમાં બધા લોકો જાણે છે તેથી તે વિષે વધારે લખવાની જરૂર નથી અહમ્યમ બધા પ્રકારે મનુષ્યમાત્રના ઉદ્ધારનો હેતુ છે. ( સુકત. ૨૩ )

અગ્નિ ( વાણી ), વાયુ ( પ્રાણ ), સૂર્ય ( નેત્ર વગેરે ઇન્દ્રિયો ), ચંદ્રમા ( મન ), આપઃ ( વીર્ય ) આ દેવોના આશ્રયથી મનુષ્યની શુદ્ધિ થવાનો માર્ગ આ છે. પ્રત્યેક દેવતાની પાંચ સ્થિતિઓ વડે મનુષ્યના કોષો દૂર થાય છે, અને તેનામાં શુદ્ધ વધે છે. આ પ્રકારે ક્યે ક્યે મનુષ્ય શુદ્ધ થતો જાય છે અને ઉચ્ચ થતો જાય છે.

### દેહ કરવો

આ સુકતોના પ્રત્યેક મંત્રમાં કહ્યું છે કે ( હેદિ ) દેહ કરે છે, તેની શુદ્ધતા તપ વગેરેથી કરવી જોઇએ. બીજાનો દેહ કરવો એટલું ખરાબ છે તેથી વધારે ખરાબ બીજું કાંઈ કાંઈ નથી. આ બધાથી મોટું ભારી પતનનું સાધન છે.

લાલમાં જતપત્રોમાં, સામાયિકમાં બીજાના દેહ વિષે

વધારે લખાણનું હોય છે અને ઉત્તતિના સાચા માર્ગ વિષે જોણુ લખાણનું હોય છે, એ ચાર મિત્રો ભેગા મળે તો તેમની વાતો શરૂ થાય તે પણ કોઇ આત્માત્રિતિના વિષે નહિ પણ પારકાની નિંદા વિષે અથવા બીજાનો દેહ, તિરસ્કાર વગેરે વિષે હોય છે. વાયુકે પોતાના અનુભવનો પણ વિચાર કરી તે તેમને ખબર થશે કે મનુષ્ય જેટલું કંઈ બોલે છે તેમાંથી વધુ ભાગ પારકાની નિંદા, દેવનો હોય છે. મનુષ્યોના અવનર્તન આ મુખ્ય કારણ છે. એ મનુષ્ય આ દેહ કરવાનું છોડી દે તો તેનું પરુજા કદવાજ થઇ શકે છે. પરંતુ બીજાનો દેહ કરવા વધુ પ્રિય અને સારું લાગે છે, તેથી મનુષ્ય દેહ જ કરતો જાય છે અને અપીત્રિત પામે છે.

માટે આ પાંચ સુકતોના પ્રત્યેક મંત્ર દ્વારા ઉપદેશ આપ્યો છે કે ' જે ( હેદિ ) દેહ કરે છે તેની શુદ્ધિ તપ વગેરેથી થવી જોઇએ. ' કારણ કે બધાથી વધારે અશુદ્ધ કોષ મનુષ્ય હોય તે બીજાનો દેહ કરનારો જ છે. તે પોતે પડે છે અને બીજાને પણ પાડે છે.

મન જેનું ચિંતન કરે છે તેના જેવો તે મને છે, આ મનનો ધર્મ છે. વાયુકે તેનું રમણ કરે, જો લોકો બીજાનો દેહ કરે છે, તે બીજાના કુટુંબોનું નિર્વંતર મનન કરે છે તે કારણે મનમાં કુટુંબોની સંખ્યા વધતી રહે છે, કોષ કારણે તે જોડાઈ થતી નથી. વાયુકે વિચાર કરે કે મન જ મનુષ્યની વ્યવસ્થા નહીં કરે છે. ' જેનું મન તેવું મનુષ્ય, ' આ નિયમ અટકા છે. હવે જુઓ, જે મનુષ્ય બીજાના કુટુંબોનું નિર્વંતર મનન કરે છે તેનું મન કુટુંબમય બની જાય છે, તેથી નિંદા કરનાર મનુષ્ય દરરોજ પતન પામતો જાય છે.

માટે દેહ કરનારાઓએ પશ્ચાત્તાપ વગેરે તપ અવસ્થા કરવું જોઇએ અને પોતાની શુદ્ધિ કરવી જોઇએ, તેમજ તે પછી નિંદાશ્રુતિ છોડવી જોઇએ. નહિ તો બોએકા કપાઓ ફરી કારવમાં કેવા જેવી દુરસ્થા થઇ, સુધારો કદિ મરી નહિ.

વાયુકે આ બાબતોને વિચાર કરી પોતાની પરીક્ષા કરે અને પોતાની પવિત્રતા કરી પોતાને કષ્ટાસ્થનો માર્ગ અવરણ કરે, જે ધર્મમાં નવપ્રવેશિ અથવા શુદ્ધ થએલા મનુષ્યો દુરી તેમને ખરેખર શુદ્ધ કરવાનું અનુશાન પણ આ સુકતોના મંત્રોમાં માત્ર થાય છે. નવપ્રવેશિને પોતાની શુદ્ધિ કરવા અનુશાનનો માર્ગ ' જુદાં કાંઈ થવાથી તેમની સાચી ઉત્તતિ થઇ શકે છે અને વૈદિકધર્મની વિશિષ્ટતા પણ તેમના મનમાં નિધર થઇ શકે છે. વાયુકે આ બધી વાતોનો વિશિષ્ટ વિચાર કરે અને આ વૈદિક આદેશોથી લાભ સધી લે.

## દુષ્ટોનું દમન

કંઠ ૨, સૂક્ત ૧૮

(જાણિ- જ્ઞાતનઃ । દેવતા- અરિઃ ।)

આતુષ્યક્ષયણમસિ આતુષ્યચાર્તનં મે દ્વાઃ સ્વાહા

॥ ૧ ॥

સપત્નક્ષયણમસિ સપત્નચાર્તનં મે દ્વાઃ સ્વાહા

॥ ૨ ॥

અરાયક્ષયણમસરાયચાર્તનં મે દ્વાઃ સ્વાહા

॥ ૩ ॥

વિશાચ્ચક્ષયણમસિ વિશાચ્ચાર્તનં મે દ્વાઃ સ્વાહા

॥ ૪ ॥

સદાન્વાક્ષયણમસિ સદાન્વાચાર્તનં મે દ્વાઃ સ્વાહા

॥ ૫ ॥

અર્થ— ઇં ( આતુષ્ય-જ્ઞાતન ) દેરીઓનો નાશ કરવાની શક્તિથી કૃપા છે, અને તે બળ આપ [ ૧ ] છે સપત્નોનો નાશ કરવાની શક્તિથી કૃપા છે, અને તે બળ આપ [ ૨ ] ઇં ( અ-રાય-ક્ષયણ ) નિર્ધનતાનો નાશ કરવાનું બળ ધરાવે છે, અને તે બળ આપ [ ૩ ] ઇં ( વિશાચ્ચ-ક્ષયણ ) ઋષિ યુક્તનારાઓનો નાશ કરવાની શક્તિ રાખે છે, અને તે બળ આપ [ ૪ ] ઇં ( સ-વાન્વા-ક્ષયણ ) આસુરી-વૃક્ષોને દૂર કરવાની શક્તિ રાખે છે, અને તે બળ આપ, હું ( સ્વા-હા ) આત્મસમર્પણ કરું છું [ ૫ ]

( આવાર્થ— દેરી, યજ્ઞ, કબુદ્ધ, લોહી પીનારા, અને આસુરીશક્તિવાળા એઓથી બચવાની શક્તિ તારી અદર છે તે શક્તિ આપના સ્થિત કર, હું પોતે પોતાને તારા માટે અર્પણ કરું છું ( ૧-૫ )

## દુષ્ટોનું દમન

અળની ગણના

આ સૂક્તમાં આત્મ સ રક્ષણના આઠે આવશ્યક બળોની ગણના છે. આ બળો નીચે મુજબ છે—

૧ બોજા— રમ્યુ શરીરની શક્તિ.

૨ સહ - શીત, ભ્રમ્યુ અથવા બીજા દુહો સહન કરવાની શક્તિ પોતાનું કર્તવ્ય કરવાના સમયે જે કષ્ટ કષ્ટ સહન કરવાની આવશ્યકતા હોય તે કષ્ટો આનંદથી સહન કરવાની દરેક તૈયારી રાખવાનું નામ સહ છે. યજ્ઞો કુમ્ભો આવે તો તેથી ડરતું નહિ તેમજ પોતાનું સ્થાન છોડતું નહિ એટલે યજ્ઞો કુમ્ભો આવે તો પણ પોતાના સ્થાને રહેવું. એ પણ એક સહનશક્તિ છે. સહેલાઈથી યજ્ઞથી પરાજીત ન થવું એટલું જ નહિ પણ યજ્ઞથી કંઈ પરાજીત ન થવું યજ્ઞો કુમ્ભો સહન કરી સ્વસ્થાને સ્થિત રહેવું અને યજ્ઞને પરાજીત કરવો અથવા યજ્ઞ ઉપર આક્રમણ કરવું

૧૯ [ અર્થ. ૪ ]

૩ વલ- સર્વ પ્રકારના બળો આત્મિક, બૌદ્ધિક, માનસિક, ઉદ્ધિષિ વિષયક વગેરે જેટલા પણ બળો મનુષ્યની ઉન્નતિ માટે આવશ્યક હોય તે બધા બળો

૪ બાલુ - દીર્ઘજીવન, આરોગ્યપૂર્ણ દીર્ઘજીવન

૫ કોર્જ- કાન વગેરે ઉદિયોની શક્તિઓ શ્રવણથી પ્રાપ્ત થનારી અપ્રત્યક્ષ સમર્થિતા.

૬ જાલુ - ચક્ષુ વગેરે ઉદિયોની શક્તિઓ અપ્રત્યક્ષ પ્રયોજન-ય વિગત

૭ પરિપાળ- પરિપાળની શક્તિ આપણી ( પૂર્ણ ) સ રક્ષણ કરવાની શક્તિ ( પરિ ) અથવા પ્રકારથી પોતાનું ( પાળ ) સ રક્ષણ કરવાની શક્તિ

૮ આતુષ્ય-ક્ષયણ- આતુષ્ય સમર્થનો અર્થ અહીં વિશેષ મનની બોધો બોધો, બોધાઈઓના પ્રતિ આપસમાં આતુષ્ય કહેવાય છે આ ધરની અર્ધરત્ન આતુષ્યપણ થયું તે જ

પ્રકારે જે રાત્રિ આપસમાં ભાષિ થાય છે તેથી તેમની પ્રત્યક્ષ આપસમાં 'માનુષ્ય' કહેવાય છે. તેઓમાં વારંવાર મુદ્ધ પ્રસંગો થાય છે. એવા રાષ્ટ્રીય મુદ્ધોમાં મનુષ્યોનું નિરાશય કરવાની શક્તિ પોતાનામાં વધારવી જોઈએ, તે જ વિજય યશો, નહિ તો પરાજય યશો. રાષ્ટ્રીય ચતુર અભિજની સિદ્ધતા કરવાની વાત આ સ્પષ્ટ વડે બતાવી છે. આ રાષ્ટ્રની બહારના યુદ્ધ જેટલો મુદ્ધ છે.

૧ સપ્તમસ્તવર્ણ- એક રાજ્યની અંદર પક્ષ-પ્રતિપક્ષ તોય છે. આ પક્ષ બેરોનું નામ 'સપ્તમ' છે. કારણ કે તે એક જ પતિની અંદર હોય છે. તેઓમાં જુદી જુદી સ્વર્ણ હોય એ સ્વાભાવિક છે. આ સ્વર્ણમાં વિજય પ્રાપ્ત કરવો અથવા ખીલ સપ્તમોને દૂર કરી પોતાનો વિજય સિદ્ધ કરવો તેનું આ નામ છે. આ રાષ્ટ્રની અંદરનું મુદ્ધ છે.

૨ સદાચક્ષુર્વર્ણ- રાજ સ્પષ્ટ થવાનો વાચક છે અને અસપ્ત સ્પષ્ટ નિષ્પત્તિનો વાચક છે. આ નિષ્પત્તિ બધા પ્રકારે દૂર કરી જુદી છે. વૈશ્ય અને કારીગરોના ઉદ્ધારથી આ વાત સાબિત થઈ શકે છે.

૩ વિશાલક્ષ્મવર્ણ- રક્ત-ભાસ ચૂસનારાઓનું નામ વિશાલ છે (વિશિષ્ટાલ-વિશાલ) રક્ત પીનારા રાજ પશુ છે જેમાં રક્તક્ષીણ થાય છે. મનુષ્યોમાં જે લોકો-ભાસનું લોભન કરનારા હોય છે, તે લોકોમાં પશુ કાચું ભાસ ખાનારાઓને ખાસ કરી 'વિશાલ' કહે છે. સમાજમાંથી તેઓને દૂર રાખવા જોઈએ.

૪ સ-વાન્વાસવર્ણ- (સ-વાન્વ-ક્ષવર્ણ) અસુર રાક્ષસોનો નામ કરવો અથવા તેમને દૂર કરવા એ યુગલોમાં 'દેવાસુર-યુદ્ધ' નામથી પ્રસિદ્ધ છે. આજે પણ આપણા સમાજમાં અથવા અન્ય સમાજોમાં દેવાસુરોના ક્રમશઃ વાલી રહ્યા છે અને તેમાં અસુરોના જ પરાજય થવો આવશ્યક છે. આ બધી વાત સ્પષ્ટ હોવાના કારણે તેનો અધિક વિચાર કરવો કરવાની આવશ્યકતા નથી.

### ૧ સ્વાહુક વિધિ

આ બાર બળો પોતાની આજીવન ક્ષમતા જોઈએ. આ બળોનો ઉપયોગ કરવાની રીત પણ જુદી જુદી હોઈ શકે છે. વાચકો પ્રત્યેક બળનું અને તેના પ્રયોગના સેતનું સારી પ્રકારે મનન કરશે તો તેમને સમજશે. ખીજનો ક્ષતપાત કરવા પોતાનું બળ વધરવું એ તે બધા બળ છે, પણ આ બે

સક્રિય બળ બળોનો ઉપયોગ 'સ્વાહા' વિધિથી કરવાનું કહ્યું છે. 'સ્વાહા' વિધિનું તાત્પર્ય 'આત્મસર્વસ્વનું સમર્પણ' કરવું છે. પૂણ્ડની ભાષામાં આ ક્રમો વાંચ કરવો એ સ્વાહાનું તાત્પર્ય છે.

આ સ્વાહા મુદ્ધ દ્વારા ઉપર કહેલી શક્તિઓ પોતાની અંદર જાય અને આ સ્વાહા વિધિ વડે તેમનો ઉપયોગ કરવામાં આવે, એવો ઉપદેશ આ સક્રિય વિશેષ મહત્ત્વ ધરાવે છે.

સ્વા = પોતાનો  
હા = ત્યાગ

આ વિધિ આત્મયજ્ઞનું બીજું નામ છે. આ વિધિ શક્તિઓનો ઉપયોગ કરવાની આદ્યપદ્ધતિ બતાવે છે. ક્ષાત્રિ પદ્ધતિમાં તો ખીજનો વિનાશ એ વાત મુખ્ય હોય છે અને આદ્યપદ્ધતિમાં સ્વાહા ક્રિડા આત્મયજ્ઞનું મુખ્ય વાત છે. સર્વ શત્રુનાશ અથવા મનુષ્યોના આ વિધિથી કેવી રીતે કરવો આ એક મોટી સમસ્યા છે. પરંતુ વાચક જો તેનો પ્રયત્ન વિચાર કરશે તો આ સમસ્યાનો ઉકેલ આપ મેળે આવી જશે. કારણ કે આ સ્વાહાવિધિ યજ્ઞનું મુખ્ય અંગ છે.

આ સક્રિય બળનું એ પ્રત્યેક મંત્રમાં જે શક્તિ મળેલી છે, તેની સાથે 'સ્વાહા' નો ઉપયોગ થાય. વાચકો વિચાર કરશે તો તેમને સમજશે કે આ એક પ્રયત્ન શક્તિ છે. જે આ શક્તિઓ મનુષ્યમાં વધતી રહે અને સાથે સાથે તેનો સ્વાર્થ પણ વધે તો કેટલું દુઃસાન થવાનો સંભવ છે. એક કારીરિક શક્તિની જ વાત જુઓ. કેટલો મોટો પહેલવાન થયો બળવાન છે, જે તે સ્વાર્થ બન્યો તો તે થઈ દુઃસાન કરી શકે છે, પણ એ તે મૂલ્ય પોતાની વિશાળ શક્તિનો ઉપયોગ પરાપકાર કર્યા કરી અથવા પોતાના કારીરિક બળને પરામાત્મ સમર્પણમાં જોડશે, તો કેટલો શાન્ત થશે. આ પ્રકારે બીજી શક્તિઓના વિશેષ સમજવું આત્મસમર્પણની શક્તિનો, સાચો ઉપયોગ થઈ શકે છે અને સાચું કરવાનું પણ થઈ શકે છે.

તેથી આ સક્રિય 'સ્વાહા' નો ઉચ્ચાર કરી આત્મ સમર્પણનો ઉપદેશ આપ્યો છે. જે જે શક્તિ આપણમાં વધશે તે તે શક્તિનો ઉપયોગ આત્મસમર્પણની વિધિમાં કરીશ એવો નિશ્ચય મનમાં કરવો જોઈએ. તેજ તેની ઉત્તમ યશો અને તેના પ્રયત્નોથી જનતાની ઉત્તમ પણ થઈ શકે છે.

## ચોર નાશન—સૂક્ત

કાંડ ૧, સૂક્ત ૧૬

(સાધિ:— ચાતન: ૧ દેવતા:— અગ્નિ: ૧, ઇન્દ્ર: ૧, વરુણ: ૧)

યેમાવાસ્યાં રાત્રિમુદસ્યુર્ગ્રાજમત્ત્રિણઃ । અગ્નિસ્તુરીયો યાતુહા સો અસ્મમ્યમાર્થે વ્રવત્ ॥ ૧ ॥  
 સીસાયાધ્યાહ વરુણઃ સીસાયામિરુપાવતિ । સીસે મ્મ્મ્મ્મ્ પ્રાયચ્છત્તદગ્ન યાતુચાતનમ્ ॥ ૨ ॥  
 દુદં વિષ્કન્ધં સહત દુદં વાઘતે અત્ત્રિણઃ । અનેન વિષ્વાં સસદે-યા જાતાનિ વિશ્વાચ્યાઃ ॥ ૩ ॥  
 યદિ નો ગાં હંસિ યદ્યસં યદિ પૂરુષમ્ । તં ત્વા સીસેન વિશ્વામો યયા નોડસો અવીરહા ॥ ૪ ॥

અર્થ— (યે સત્રિણઃ) ને ડાકુ ચોર, (અમાવાસ્યાં રાત્રાં) અમાસની રાતના સમયે અમાસ (સ્રાજં) સમૂહ  
 પર (હૃદસ્યુઃ) હૃદયે છે, તે વિષે (યાતુહા સઃ તુરીયાઃ અગ્નિઃ) ચોરોને નાશક તે ચોરો અગ્નિ (અસ્મમ્ય) અમને (અધિ વ્રવત્) સૂચના આપે. [ ૧ ]

વરુણે સીસાના વિષે (અંધ્યાહ) કહ્યું છે, અગ્નિ સીસાને (ઉપાવતિ) રક્ષક કહે છે. ઇન્દ્રે તે (મે) અને સીસું (પ્રાયચ્છત્) આપ્યું છે. હે (અગ્ન) પ્રિય! (ત્વં યાતુચાતનમ્) તે ડાકુઓને દૂર કરનાર છે. [ ૨ ]

(દુદં) આ સીસું (વિષ્કન્ધં) રોકનારાઓને (સહતે) હટાવે છે. આ સીસું (અત્રિણઃ) ડાકુઓને (વાઘતે) પીડા આપે છે (અનેન) એનાથી (વિશ્વાચ્યા યા વિશ્વા જાતાનિ) વિશ્વાઓની ને નિતિઓ છે, તેમને (સસદે) હું દૂર કરું છું. [ ૩ ]

(યદિ નઃ ગાં હંસિ) જો અમારી ગાયને તું મારે, (યદિ અસ્થં) જો ઘોડાને અને (યદિ પૂરુષં) જો મનુષ્યને મારે છે, (તં ત્વા) તો એવા તને (સીસેન વિશ્વામઃ) સીસાથી અને વીધીએ ઊંચે, (યયા) જેથી તું (નઃ અ-વીર-હા અસતઃ) અમારા વીરોનો નાશ કરનારો ન થાય. [ ૪ ]

આવાર્થ— અમાવાસ્યાની અધારી રાત્રીના સમયે ને ડાકુ અમારા સમ ઉપર હુમલો કરે છે, તે વિષે અમને જ્ઞાની પાસેથી ઉપદેશ મળ્યો છે (૧)

પાણીના રક્ષક તેમજ ઉપદેશક સીસાની ગોળીઓનો પ્રયોગ કરવાની પ્રેરણા આપે છે, શૂરવીરે તો સીસાની ગોળી અમને આપી રાખી છે હે બધુઓ! આ ડાકુઓને હટાવનારી છે (૨)

આ સીસાની ગોળી ડાકુઓને હટાવે અને પ્રતિબંધ કરનારાઓને દૂર કરે છે. તેથી લોહીચૂસનારી બધી નિતિઓને દૂર નસાડવામા આવે છે (૩)

હે ચોર! જો તું અમારી ગાય, અમારા ઘોડા અથવા મનુષ્યોને વધ કરશે તો તારા ઉપર ગોળી ચલાવીશું જેથી ઘ અમારો નાશ કરવા માટે ફરી જનતા રહી શકશે નહિ. (૪)

## ચોર નાશન-સૂક્ત

સીસાની ગોળી

આ સૂક્તમાં સીસાની ગોળીનો પ્રયોગ શુભો ઉપર કરવાનું કહ્યું છે. સૂક્તમાં કેવળ 'સીસ' શબ્દ છે. ગોળીનો વાચક શબ્દ તથા તેનો પદ્ય 'સીસેન વિષવામ' ( સીસા વડે વેષ કરીયે ) આ પ્રયોગથી સીસ શબ્દમાં સીસાની ગોળીનો ભાવ બનેલો છે, એમ સમજવું થાય છે. કેવળ સીસાનો ઉપયોગ શુભોના માથે મારે તેમ જીવન પ્રકારે સહનનીય નથી ( વિષવામ ) વીધવાનો જ્ઞાન પણ દુરથી નિશાન તારાને મારવું એ અર્થમાં છે. સીસાની ગોળી જાડું માં મૂકી દુરથી તે શત્રુ ઉપર ફેંકી તેને વીધવામાં આવે છે, માથું પથ્થુ પડી શરીર નિશાન તારાને ફેંકવામાં આવે છે તારાપર આ મત્રેના શબ્દો મળાવે છે કે સીસાની ગોળી વડે દુરથી જ શત્રુએને વીધવા છાકી કે સોડીની માફક પાસે જઈ તેનો પ્રયોગ થતો નથી, એટલું જ બહી બતાવવું છે.

શત્રુ

'અગ્નિન્ યાતુ' વગેરે શબ્દોનો અર્થ કાંઈ કે સૂક્તમાં ના વિવરણ સમયે આપ્યો છે. વાચકોએ તે ત્યાં જોવો. આ બધા શબ્દો કાકુ ચોર, છુદારા એટલે સમાજના શત્રુઓના વાચક છે તેનાથી છુદા ને શબ્દો છે તેનો વિચાર પહેલાં થયો નથી તેનો વિચાર બહી કરીએ—

૧ વિષકમ્ભ-અતિબધ કરનારો દરકતો ઉત્પન્ન કરનારો દરક બાનતમાં વિષ નિર્માણ કરનારો.

૨ વિશાલ, વિશાલી-રક્ત પીનારા અને કાકુ માંસ ખાતાશ દૂર લોકો, જે મનુષ્યનું માંસ પથ્થુ ખાય છે.

આ બધા તેમજ ( અગ્નિન્ ) બૂખ્યા કાકુ ( યાતુ ) ચોર, આ બધા સમાજના શત્રુઓ છે. તેમને ઉપદેશ વડે સુધારવાનો વિષય પહેલાના ( કા ૧, સ. ૪૮-૮ ) માં ધર્મ-પ્રચારના સૂક્તોમાં આવી ગયા. જે સુધરતા નથી તેમને દડવા ફાંસીએ સોંપી દેવાની આજ્ઞા પણ સાતમાં સૂક્તમાં આ તે આપી છે. ઉપદેશ અને દડવા એ ઉપયોગથી જે નથી સુધરતા તેમના ઉપર સીસાની ગોળીનો પ્રયોગ કરવાનું વિધાન આ સૂક્તમાં છે. પોતાનું સમકન કરવાનો ઉપદેશ કા ૧ સ. ૧૫ માં આપ્યા પછી, આ સૂક્તમાં શત્રુ ઉપર સીસાની ગોળી

ચલાવવાનું વિધાન કહ્યું છે, તે વિરોધી આનથી જિતી નેત્રુ છે, જેમનું આપણમાં ઉત્તમ સમાન નથી, એવા લોકો ને શત્રુ ઉપર દુમતો કરે, તો સમાન છે કે તે પોતે નષ્ટમથ થઈ જાય. સાટે 'પ્રથમ પોતાનું સંવહન અને પછી શત્રુ ઉપર આક્રમ્હ' આ નિયમ આનમાં રાખવો. જોઈએ.

અર્થવીર

અગ્નિ, હિન્દ વગેરેનો વિરોધી સૂક્તમાં પ્રસન્નમાં વધુ ન આપ્યું છે. ( અગ્નિ ) સીસા ઉપદેશ ( હિન્દ ) શરીર, એ આપવીરો છે. એમ પદેશના બતાવ્યું છે. આ ને શબ્દોથી આક્રમ્હ અને ફાંસિ એમનો બોધ થાય છે, આ વાત પહેલાં કહી છે.

આ સૂક્તમાં 'વરુણ' શબ્દ આપ્યો છે. વરુણ સમુદ્ર ભવરા જળનો અધિપતિ વેદોમાં, તેમજ પુરાણમાં પ્રસિદ્ધ છે. જળરચના, નદી વગેરે તેમજ સમુદ્ર પરથી ને શત્રુઓના હુમલા આવે તો તેથી રક્ષણ કરનારો આ હેમ્બંદાર છે. ને પ્રકારે, અગ્નિ 'શબ્દ આક્રમ્હન વાચક 'હિન્દ' શબ્દ ફાંસિવત વાચક તેમ 'વરુણ' શબ્દ જળ મારોથી આવનાર-જનાર અને દેહદેશ તરફમાં આપાર કરનારો વેર્યો. નો વાચક છે અર્થના વેરમત્ત સૂચક છે. એમ બહી કાગે છે, મારે ગોળી ચલાવવાના વિષયમાં ( અગ્નિ ) આક્રમ્હ, ( હિન્દ ) ફાંસિ અને ( વરુણ ) વેર્યોએ પણ સમતિ આપી છે અને ( હિન્દ ) ફાંસિ તે સીસાની ગોળી આપારી પાસે આપી રાખી છે. વગેરે જીવન મત્રનો જ વ આ પ્રકારે રખેલાય છે. સાતમાં સૂક્તમાં આપેલા ઉપદેશનુસાર બધાજ પ્રચારકોએ પ્રથમ ક્યાં અને તેઓએ કહ્યું કે આ કાકુ સુધરતા નથી, ફાંસિએ પણ કહ્યું કે અનેકવાર દેહદડ આપ્યો છતાં પણ આ કાકુ સુધરતા નથી, વેર્ય તેમ છુદાવાના કારણે કહેવા રહ્યા છે, આ પ્રકારે ત્રણ વચોળા પરિપદે અમારે ગોળી ચલાવવાની આજ્ઞા આપી ત્યારે આ સૂક્તના આધારે જે ગી મહાવી શકાય કે વાચકે આ પૂર્વોપર સજા અવરન આનમાં રાખવો.

સૂક્તની બાકી બાબતો રખે છે એટલે તેનું અધિક નિવારણ કરવાની જરૂર નથી.

# કાકુઓને અસફલતા

કાંઠે ૨, સૂક્ત ૨૪

( શ્રાવિ - મણા । દેવતા - આયુષ્યમ્ । )

શેરમક શેરમ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૧ ॥
શેરૃષ્ઠક શેરૃષ્ઠ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૨ ॥
મ્રોકાલુમ્રોક પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૩ ॥
સર્પાશુસર્પ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૪ ॥
જૂર્ણિ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૫ ॥
ઉપ્પદે પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૬ ॥
અર્જુનિ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૭ ॥
મર્જ્જિ પુનર્વો યન્તુ યાતવઃ પુનર્હેતિઃ કિમીદિનઃ ।	
યસ્ય સ્થ તમસ્ત યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત સ્વા માંસાન્યત્	॥ ૮ ॥

॥ ૧ ॥ અર્થ — હે ( શેરમક શેરમ ) વધ કરનારા ! હે ( કિમીદિનઃ ) હુદ્દેશ લોકો ! ( વ યાતવઃ ) તમારા અનુયાયી અને તમારા ( હેતિ ) રક્ષો ( પુનઃ પુન યન્તુ ) પાછા કરે ( યસ્ય સ્થ ) જેના સાથી તું છે, ( તં વસ્તુ ) તેને ખાધ ના ( યો વઃ પ્રાહૈત્તમસ્ત ) જે તમને લૂટ કરના મોકલે છે તેને ખાઓ અથવા ( સ્વા માંસાનિ વસ્તુ ) પોતાનું ખાંસ ખાઓ [ ૧ ] હે ( શેરૃષ્ઠક શેરૃષ્ઠ ) ધાતુપાત કરનારાઓ ! ૦૧ [ ૨ ] હે ( મ્રોક અનુમ્રોક ) ચેર અને ચેરોના સાથીઓ ! ૦૧ [ ૩ ] હે ( સર્પ અનુસર્પ ) સાપની જેમ છુપાઈને હુમલો કરનાર ! ૦૧ [ ૪ ] હે ( જૂર્ણિ ) વિનાશક ! ૦૧ [ ૫ ] હે ( ઉપ્પદે ) ચીસો પાડનાર ! ૦૧ [ ૬ ] હે ( અર્જુનિ ) કુષ્ટ મનવાળા ! ૦૧ [ ૭ ] હે ( મર્જ્જિ ) નીચ શક્તિવાળા ! તમે બધાના ( યાતવઃ ) અનુયાયી અને ( હેતિ ) રક્ષો તેમજ ( કિમીદિનઃ ) લૂટ કરનારાઓ જે છે, બધુ તમારી પાસે જ ( પુનઃ યન્તુ ) પાછુ આવ્યું જ્યાં જેના અનુયાયી તમે છે, ( તં વસ્તુ ) તેને જ ખાઓ, જે તમને મોકલે છે તે જ ખાઓ અથવા પોતાનું ખાંસ ખાઓ [ ૮ ] ( પણ કોઈ બીજાને કષ્ટ, હુ બ, પીડા પહેંચાડતા નહિ )

! કાવાયર્થ — જે દુષ્ટ મનુષ્યો અથવા ધાતુપાત કરનારા મનુષ્યો છે તે સજ્જાતોથી તૈયાર થઈ પોતાના અનુયાયીઓની સાથે બીજા વપર હુમલા કરી લૂટમાર કરે છે અને સન્નજોને સતાવે છે સન્નની સુવ્યવસ્થાથી એવો પ્રબંધ થયો જેપછે કે આ

દુષ્ટતામાંથી કોઈ પણ બીજા સંજ્ઞાને લઈ ન સકે. તેમના અનુવાદીઓ પોતાના કાર્યમાં સફળતા ન મેળવે અને પાછા ફરે. તેમના રાશી વ્યર્થ નિવરે, આ કાકની રાશી ભૂખે મરે, આ લોકો કષ્ટરેય સફળ ન થાય. મનોરથ નિષ્ફળ જવાથી તેઓ આપસમાં મારામારી, ક્રોડો કરી એક બીજાને આઠ જાડ પોતે જ નાશ પામે. ( ૧૮ )

### દુષ્ટલોક

નગરમાં સજ્જન નાગરિકો રહે છે અને જંગલમાં ચોર લુટાર રહે છે. આ કાક રાત્રીમાં અંગવા કિંત્વે નગરો પર હુમલો કરે છે, લુટમાર કરી નાસી જાય છે. આ પ્રકારે લુટમાર ઉપર તેઓ પોતાનો ઝુલમો કરે છે.

રજાના સુરાભયની વ્યવસ્થા એવી હોય કે કોઈ પણ સમયે તેમના મનોરથ સફળ ન થાય. દમ્પટા તેમના હુમલાઓ નિષ્ફળ નિવરે, પ્રતિ સમયે તેમના હુમલાઓ નિષ્ફળ થતા તે લોકો ભૂખે મરે, પછી આપસમાં લડાઈ અને મરી જશે. તેમના શત્રુઓ જે બીજાના માટે છે તે તેમની ઉપર જ પડશે. આ જે બીજાનું ખસ ખાતા હતા તે પોતાનું જ ખસ ખાશે, કારણ કે બીજાઓનું ખસ તેમને મળશે નહિ અને બીજાઓની સંપત્તિ તેમને લૂટ તરીકે પ્રાપ્ત થશે નહિ.

રાજ્યશાસન વડે એવી વ્યવસ્થા થવી જોઈએ કે ચોર લુટારો ભૂખે મરવા લાગે, જે દુષ્ટોને સુધારવાનો માર્ગ છે. એવી વ્યવસ્થા થવાથી કાકોએ નાગરિક જનતા ભાગશે અને તેમના કાક વ્યવહારથી નુકસાન અને ઉત્તમ નાગરિક અનુવાદી લાભ પ્રતિત થશે. વાચકો વિચાર કરે અને જુએ કે આ પણ એક દુષ્ટોને સુધારવાનો માર્ગ છે અને જે વિચારપૂર્વક અમલમાં લાવવામાં આવે તો જરૂર લાભકારક બનશે જ.

### યક્ષમ-નિવારણ

કાંડ ૯, સૂક્ત ૮

( અર્થ:- યુગ્મવિદ્યા : દેવતા:- સર્વકોષાંભવલગ્નચરણમ્ )

શ્રીર્ષિક્તિ શ્રીર્ષમયં કર્ણશૂલં વિલોહિતમ્ । સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે બહિર્નિર્મન્ત્રયામદે ॥ ૧ ॥  
 કર્ણીર્મ્યાં તે કહ્કુવેમ્પઃ કર્ણશૂલં વિસર્વકમ્ । સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે બહિર્નિર્મન્ત્રયામદે ॥ ૨ ॥  
 યસ્ય હેતોઃ પ્રચયવેતિ યસ્યઃ કર્ણત આસ્યતઃ । સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે બહિર્નિર્મન્ત્રયામદે ॥ ૩ ॥  
 યઃ કુળોતિ પ્રમોતમન્થં કુળોતિ પૂરુષમ્ । સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે બહિર્નિર્મન્ત્રયામદે ॥ ૪ ॥

અર્થ:- ( શ્રીર્ષિક્તિ ) મરતકદા, ( શ્રીર્ષમયં ) આધુ દુખનું, ( કર્ણશૂલં ) કાન દુખવે, ( વિલોહિતં ) રક્તરક્તિય યજું અથવા પાંડુરો, ( તે સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં રોગે ) તારા બધા મરતક વિહાર ( બહિઃ નિર્મન્ત્રયામદે ) બહાર કરીએ છીએ. [ ૧ ]

( તે કર્ણીર્મ્યાં ) તારા કાનોથી અને ( કહ્કુવેમ્પઃ ) કાનના અંદરના ભાગથી ( વિસર્વકં કર્ણશૂલં ) વિશેષ ખીસ આપનાર કાનના દુખાથી તેમજ ( સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે ) તારા બધા જ મરતકના રોગો અને ( બહિઃ નિર્મન્ત્રયામદે ) બહાર કરીએ છીએ. [ ૨ ]

( યસ્ય હેતોઃ ) જે કારણે ( યસ્યઃ કર્ણતઃ આસ્યતઃ પ્રચયવેતિ ) યક્ષમરોગ કાન અને મોઢામાંથી વહે છે, તે ( સર્વે શ્રીર્ષર્ણ્યં તે રોગે ) તારા બધા જ માથાના રોગોને અને દૂર કરીએ છીએ. [ ૩ ]

( યઃ પ્રમોતં કુળોતિ ) જે મહેરો બને છે, તેમજ ( પુરુષં મન્થં કુળોતિ ) મનુષ્યને આપણો બનાવે છે, ( સર્વે ) તે બધા મરતક સંબંધી રોગોને અને દૂર કરીએ છીએ. [ ૪ ]

અક્ષમેદમજ્જ્વરં વિંશાઙ્ગ્યં વિસત્પર્કમ્ । સર્વં શીર્ષણ્યં તે રોગે વૃદ્ધિર્નિમન્ત્રયામહે	॥ ૫ ॥
યસ્ય મીમઃ પ્રતીકાશઃ ઉદ્દેપયતિ પૂરુષમ્ । તત્કમાર્તં વિશ્વશારદં વૃદ્ધિર્નિમન્ત્રયામહે	॥ ૬ ॥
ય ઉરુ અનુસર્પત્યથો પતિં ગવીનિકે । યદ્યમ્ તે અન્તરજ્ઞેભ્યો વૃદ્ધિર્નિમન્ત્રયામહે	॥ ૭ ॥
યદિ કામાદપકામાદ્દદયાઝાર્યંતે પરિં । હૃદો વ્લાસસમજ્ઞેભ્યો વૃદ્ધિર્નિમન્ત્રયામહે	॥ ૮ ॥
હરિમાર્ણં તે અજ્ઞેભ્યોડ્વામન્તરોદરાત્ । યદ્યમોધામન્તરાત્મનો વૃદ્ધિર્નિમન્ત્રયામહે	॥ ૯ ॥
આસો વ્લાસો ભવતુ મૂત્રં મવત્વામયત્ । યદ્યમાર્ણાં સર્વેષાં વિપં નિર્વોચમહં ત્વત્	॥ ૧૦ ॥
વૃદ્ધિર્વિલં નિર્દ્રવતુ કાહાવાહં તથોદરાત્ । યદ્યમાર્ણાં સર્વેષાં વિપં નિર્વોચમહં ત્વત્	॥ ૧૧ ॥
ઉદરાતે ક્લોમ્નો નામ્યા હૃદયાદર્ષિ । યદ્યમાર્ણાં સર્વેષાં વિપં નિર્વોચમહં ત્વત્	॥ ૧૨ ॥
યાઃ સીમાર્તં ચિરુજન્તિ મૂર્ચાનં પ્રત્યર્પણીઃ । અર્દિસન્તીરનામ્યા નિર્દ્રવન્તુ વૃદ્ધિર્વિલં	॥ ૧૩ ॥
યા હૃદયમુપર્પન્ત્યનુતન્વન્તિ કીકસાઃ । અર્દિસન્તીરનામ્યા નિર્દ્રવન્તુ વૃદ્ધિર્વિલં	॥ ૧૪ ॥

અર્થ— ( યદ્યમ-મેદ ) શરીરને તોડનાર, ( યદ્યમ-ઝવર ) શરીરમાં તાવ ઉત્પન્ન કરનાર, ( વિંશાઙ્ગ્યં વિસત્પર્ક ) સંપૂર્ણ શરીરાવયવોમાં પીડા કરનાર ( સર્વેષાં ) બધા અતલ સંબંધી રોગોને અમે દૂર કરીએ છીએ. [ ૫ ]

( યદ્યમઃ મીમઃ પ્રતીકાશઃ ) જેનું આંધર ૧૫ ( પુરુષ ઉદ્દેપયતિ ) મનુષ્યને ધ્રુલવે છે, તેના ( વિશ્વ-શારદં તત્કમાર્તં ) આખું વરસ થનાર ઉષ્ણરોગને ( વૃદ્ધિઃ નિમન્ત્રયામહે ) અમે બહાર કાઢી મૂકીએ છીએ. [ ૬ ]

( યઃ ઉરુ અનુસર્પતિ ) જે કીચક્ય સુધી વધે છે ( મયો ગવીનિકે પતિ ) અને જે નાકીચા સુધી પહોંચે છે, તે ( યદ્યમ્ તે અન્તરજ્ઞેભ્યઃ ) રોગને તારા અંતરિક અંગોમાંથી અમે ( વૃદ્ધિઃ ) બહાર કાઢી મૂકીએ છીએ. [ ૭ ]

( વદિ કામાત્ ) જે કામુકતાથી બધાને ( અ-કામાત્ ) કામ વગર કાષ્ઠ બીજા કારણોથી ( હૃદયાત્ પરિ જાયતે ) હૃદય ઉપર ઉત્પન્ન થાય છે, તે તેને ( વ્લાસં હૃદઃ ઋગેભ્યઃ ) કશને હૃદયમાંથી અને અંગોમાંથી ( વૃદ્ધિઃ ) અમે બહાર કાઢીએ છીએ. [ ૮ ]

( તે હરિમાર્ણં ) તારો કમળો રોગ-રક્તહીનતાથી થએલો રોગ- ( અંગેભ્યઃ ) તારા અવયવોમાં, ( હૃદયાત્ સંતઃ આપ્યાં ) પેટની અંદરથી જ્યેષ્ઠ રોગને તેમજ ( આત્મનઃ સંતઃ યદ્યમઃ-ધર્મ ) પેટાની અંદર યદ્યમરોગને ધારણ કરનારી અવસ્થાને ( વૃદ્ધિઃ ) અમે બહાર કાઢી એ છીએ. [ ૯ ]

( વ્લાસઃ આસઃ મવતુ ) કશ થુંકના ૧૫માં પલટાઇ બહાર જાય. ( આમયત્ મૂત્રં મવતુ ) આમશેષ મૂત્ર બની બહાર નિકળી જાય. ( સર્વેષાં યદ્યમાર્ણાં વિપં ) બધા યદ્યમરોગોનું વિષ ( અહં ત્વત્ નિરવોચં ) હું તારામાંથી બહાર કાઢું છું. [ ૧૦ ]

( ત્વ હૃદરાત્ ) તારા પેટમાંથી ( કાહાવાહં ) શબ્દ કરનાર જે મૂત્ર-નલિકામાંથી ( નિર્દ્રવતુ ) બહાર નિકળી જાય. ( સર્વેષાં યદ્યમાર્ણાં ) સર્વ રોગોનું એર હું તારામાંથી બહાર કાઢું છું. [ ૧૧ ]

( તે હૃદરાત્ ) તારા પેટમાંથી ( ક્લોમ્નઃ નામ્યાઃ હૃદયાત્ અધિ ) ફેફસામાંથી, કુટીમાંથી અને હૃદયમાંથી ( સર્વેષાં ) બધા રોગોનું એર હું તારાથી દૂર કરું છું. [ ૧૨ ]

( યાઃ સીમાર્તં ચિરુજન્તિ ) જે સીમા ભાગને પીડા આપે છે અને જે ( મૂર્ચાનં પ્રતિ સર્પણીઃ ) માથા સુધી વધતા જાય છે, એવા રોગો ( અનામયાઃ અર્દિસન્તીઃ ) દોષરહિત થઇ ન આરતાં ( વૃદ્ધિઃ વિલં નિર્દ્રવન્તુ ) દ્રવરૂપે રૂધિરોમાંથી બહાર નીકળી જાય. [ ૧૩ ]

( યાઃ હૃદયં ઉપ ક્ષપ્યન્તિ ) જે હૃદય ઉપર આક્રમણ કરે છે અને ( કીકસાઃ અનુતન્વન્તિ ) મળાના કાકા-માં પ્રસરે છે, તે બધી પીડાઓ ( અનામયાઃ ) દોષરહિત બની આરક ન થતાં દ્રવરૂપે સર્વ રૂધિરો દૂર થઇ જાય. [ ૧૪ ]



યાઃ પાથે ઉપવૃત્ત્યનુનિર્ધનિત પૃથીઃ । અહિંસન્તીરનામયા નિર્દ્રિવન્તુ બહિર્વિલ્મ ॥ ૧૫ ॥  
 યાસ્ત્રિરધીરુપર્થન્યર્પણીર્ધણાસુ તે । અહિંસન્તીરનામયા નિર્દ્રિવન્તુ બહિર્વિલ્મ ॥ ૧૬ ॥  
 યા શુદાં અનુસર્પન્ત્યાન્નાણિ મોહર્પન્તિ ચ । અહિંસન્તીરનામયા નિર્દ્રિવન્તુ બહિર્વિલ્મ ॥ ૧૭ ॥  
 યા મુજ્જો નિર્ધર્પન્તિ પરંપિ વિકૃન્નન્તિ ચ । અહિંસન્તીરનામયા નિર્દ્રિવન્તુ બહિર્વિલ્મ ॥ ૧૮ ॥  
 યે હઙ્ગાનિ મદર્પન્તિ યદ્માસો રોપ્ણાસ્તવૃ । યદ્માણાં સર્વેષાં વિપં નિરવોચમહં ત્વત્ ॥ ૧૯ ॥  
 ત્રિસુતપસ્યં વિદ્ધમ્યં પાતીકારસ્યં વાલજેઃ । યદ્માણાં સર્વેષાં વિપં નિરવોચમહં ત્વત્ ॥ ૨૦ ॥  
 પાદામ્યાં તે જાતુમ્યાં શોણિમ્યાં પરિ મંસસઃ । ॥ ૨૧ ॥  
 અનૂકાર્ધર્પણીરુણિદ્મામ્યઃ શ્રીર્ણો રોગમનીનશમ્ ॥ ૨૨ ॥  
 સં તે શ્રીર્ણઃ કૃપાલાનિ હૃદયસ્ય ચ યો વિદ્યુઃ । ॥ ૨૩ ॥  
 ઉદયમોદિત્ય રદિમમિઃ શ્રીર્ણો રોગમનીનશોઽહ્નમેદમશીશમ્ ॥ ૨૪ ॥

અર્થ — ( યાઃ પાથે ઉપ વ્રત્યન્તિ ) ને પીઠ ઉપર આક્રમણ કરે છે અને ( પૃથીઃ અનુનિક્ષતિ ) પીઠ ઉપર પ્રસરે છે, તે બધી પીઠઓ ( અન્નામયા ) રોષરહિત થઈ આરક ન બનતાં દ્રવ્યરૂપે સર્વ રોગથી બહાર નિકળી જાય છે [ ૧૫ ]

( યાઃ ત્રિરધીઃ ઉપ વ્રત્યન્તિ ) ને ત્રીસી થઈ આક્રમણ કરે છે અને ( ત્રિ વ્રત્યન્તિ ) ત્રીસી થઈ અર્પણી । ત્રીસી પાસગીઓમાં પ્રવેશ કરે છે, તે ( અન્નામયા ) બધા રોષરહિત અને આરક ન થતાં દ્રવ્યરૂપે રોગર પ્રમાણથી 'શરીરની' બહાર આવ્યા જાય છે [ ૧૬ ]

( યાઃ શુદાં અનુસર્પન્તિ ) ને શુદાં સુધી પ્રસરે છે અને ( આન્નાણિ મોહર્પન્તિ ) આતરણની મિત્રને શોધે છે, તે બધી પીઠઓ ( અન્ના ) રોષરહિત અને આરક થઈ દ્રવ્યરૂપે શરીરના રોગર પ્રમાણથી બહાર નિકળી જાય છે [ ૧૭ ]

( યાઃ મુજ્જો નિર્ધર્પન્તિ ) ને મુજ્જાઓને રાતરીન કરે છે અને ( વિકૃન્નન્તિ ) સંધોર્માં વેદના ઉત્પન્ન કરે છે, તે બધા રોગો ( અન્ના ) રોષરહિત અને આરક બની રાત્રીથી બહાર દ્રવ્યરૂપે નિકળી જાય છે [ ૧૮ ]

( યે યદ્માસઃ ) ને યદ્માસો ( રોપ્ણા ) બધાકૂળ કરતાં ( તપ યદ્માસિ મદર્પન્તિ ) તપ આગને મદ્યુક્ત કરે છે, તે ( સર્વેષાં યદ્માણાં વિપ ) બધા યદ્માસોનું વિષ ( અહં ત્વત્ નિરવોચ ) હું તારાથી દૂર કરું છું [ ૧૯ ]

( ત્રિસુતપસ્યં ) પીઠ, ( વિદ્ધમ્યં ) સોળે, ( પાતીકારસ્યં ) વાતરોષ અને ( વા લજેઃ ) રોગ આ બધાને તેમજ ( સર્વેષાં યદ્માણાં વિપ ) બધા રોગોના વિષને હું તારાથી દૂર કરું છું [ ૨૦ ]

( પાદામ્યાં તે જાતુમ્યાં ) તારા પગથી અને હિથલોથી, ( શોણિમ્યાં મંસસઃ પરિ ) પાથ આમથી અને શ્રમ આમથી ( અનૂકાર્ધર્પણીરુણિદ્મામ્યઃ ) શ્રવણ અને પાંચ આમની નાભીઓથી ( અર્પણી ) પ્રસરનારી પીઠઓ અને ( શ્રીર્ણઃ રોગ ) માથાના દરદનો હું ( અનીનશમ્ ) નાશ કરું છું [ ૨૧ ]

( સં તે શ્રીર્ણઃ કૃપાલાનિ ) તારા અતરકના કપાળનો ભાગ, ( હૃદયસ્ય ચ યો વિદ્યુઃ ) અને હૃદયની ને બાધિ છે, ( ઉદયમોદિત્ય રદિમમિઃ ) ઉભો સરજ પોતાના કિરણો વડે ( શ્રીર્ણઃ રોગ સ અનીનશ ) માથાના રોગનો નાશ કરે છે અને ( અગમદ્ અગમીશમ ) અગેની પીઠ ધાત કરે છે [ ૨૨ ]

આથાનું દરદ

આ સૂત્રમાં માથાનો દુખાવો દૂર કરવા સરજના કિરણો આ એક ઉપાય છે, એની વાત કહી છેઃ સરજના કિરણો શરીર ઉપર લેવાથી માથાના રોગો, કાનના રોગો, પાંડુરોગ તેમજ બીજા કેટલાક રોગો દૂર થાય છે । હાલ આ સરજના

કિરણો તે રોગગ્રસ્ત શરીરના બાજુ ઉપર લેવા થોડા દરો એવો પણ સંભવ છે. આ સૂક્તમાં આ ચિકિત્સાવિધિ વર્ણવી નથી, ફક્ત એટલું જ કહ્યું છે કે સૂર્યકિરણોથી આ સૂક્તમાં કહેલા અનેક રોગો મળી જાય છે.

કેટલાક માયાના રોગો દર્શિ થઈ શકે છે, આંધળા બનવે છે, બહેરા બંનાવે છે, લોહી ઓછું થવાથી કેટલાક માયાનારોગો થાય છે, શ્કાંત અને આંખના દોષોથી પણ માયું કુખરોગોનું વિકાર થાય છે, કાન અને મુખમાંથી પણ વગેરે બહાર નિકળતા રહે છે તેથી માયું કુખે છે આ પ્રકારે અનેક લક્ષણો અને હેતુ માયું કુખરોગના આ સૂક્તમાં કહ્યા છે આ બધાના વિચાર વેદ અને ડોક્ટરો કરે અને સૂચના કિરણોના ઉપાથ આ બધા રોગોમાં ફેલી રીત કરવા તે નક્કી કરે.

અથવા લક્ષણોથી અહીં કોષ બીજો ક્ષણ બતાવ્યો છે કે કેમ તેના પણ નિર્ધાર થવા જોઈએ. આ સૂક્ત ખરે જોતાં અત્યંત સુગમ અને સુખોષ છે, તો પણ માયું કુખરોગના વિષય અનિર્ણયની હોવાથી આ સૂક્તમાં કેટલાક શબ્દો વેદ અને ડોક્ટરો જ બળથી શકે છે. માટે એ આ સૂક્તોની શોધ કરવી એ તેમનું જ કામ છે, એવી સૂચના અમે અહીં કરીએ છીએ.

## યક્ષ્મરોગ નાશન

કાંડ ૧૨, સૂક્ત ૨

(અર્થ:- મૃત્યુ, દેવતા-ભામિ, વન્દ્યોક્તા, મૃત્યુ.)

નહમા રોહ ન તે અનં લોક દ્વં સીસં માગધેયં વૃણિં ।

યોગોપુ યક્ષ્મઃ પુરુષેપુ યક્ષ્મસ્તેનુ ત્વં સાકર્મધરાદ્ પૌંદિ

॥ ૧ ॥

અગ્રશંસદ્ગ્રંથાસમ્યં કરેણાનુકરેણ ચ । યક્ષ્મં ચ સર્વં ઠેનેતો મૃત્યું ચ નિરંજામસિ

॥ ૨ ॥

નિરિતો મૃત્યું નિર્મિતિ નિરંજામસિ ।

યો નો દેદિ તમદ્વધમે અક્ષવ્યાયમ્ દ્વિમસ્તમું તે પ્ર સુવામસિ

॥ ૩ ॥

અર્થ:- (નહમારોહ) નહ ઉપર યક્ષ, (તે અનં લોક ન) તારા માટે અહીં સ્થાન નથી (દ્વં સીસં તે માગધેયં) આ સીસં તારા ભાગ્ય છે (વૃણિં) તું અહીં આવ (યોગોપુ યક્ષ્મઃ) જે ગાયોમાં ક્ષયરોગ છે, (પુરુષેપુ યક્ષ્મ) જે, મનુષ્યોમાં રોગ છે, (તેન સાકર્મધ અગ્રરાદ્ પરા દ્વિ) તે રોગની સાથે તું નીચેની બાલુએ આલેખે બ [૧]

(અગ્રશંસ-દુ શંસામ્યં તેન કરેણ અનુકરેણ ચ) પાપી અને કુટની સાથે તે કૃતિ અને અનુકરણ વડે (સર્વં યક્ષ્મ મૃત્યું ચ) બધા રોગ અને મૃત્યુને પણ (સ્ત નિરંજામસિ) અહીંથી દૂર કરીએ છીએ [૨]

(સ્ત નિરંજામસિ) અહીંથી મૃત્યુને (અર્થ નિઃ સરાતિ નિઃ અજામસિ) કુખ અને શત્રુને દૂર નાસાડી મૂક છું હે અગ્ને ! (યઃ ના દેદિ) જે અગ્નિને દેવ કરે છે / તં અદ્વિ) તેને આ એટલે તેનો નાશ જ (યં વ દ્વિપ્મઃ) જેનો અગ્ને દેવ કરીએ છીએ (તં વ તે પ્રસુવામઃ) તેને તારી પાસે કરીએ છીએ. [૩]

વાક્યાર્થ:- કોષ રોગ મનુષ્યના શરીરમાં ન રહે, કોષ દૂરના સ્થાને આલેખે જાય જે રોગો મૃત્યુઓમાં અને મનુષ્યોમાં છે જે તેમને જ દૂર થાય બધા મનુષ્યો અને મૃત્યુઓ નીચેની અને સ્વસ્થ થાય (૧)

બધા રોગો પાપીઓ અને દુરાચારીઓ સાથે દૂર આલેખે જાય તેવીજ કૃતિ અને અનુકૃતિ થાય કે જેથી બધા રોગો દૂર થઈ શકે (૨)

અહીંથી મૃત્યુ કુખ, દરિદ્રતા અને શત્રુ દૂર થાય અને બધા તેમને દેવ કરીએ છીએ, માટે તે અમારી પાસે ન રહે (૩)

૨૦ [અર્થ ૪]

યદ્યપિઃ ક્રુષ્યાપદિં વા ક્યાપ્ત દુર્મં ગોષ્ઠં પ્રવિવેશાન્વૈકાઃ ।

તં માણંજયં કુતરા પ્ર હિંણોમિ દૂરં સ ગચ્છત્વપ્પુષ્પદોઽપ્યધીન્

॥ ૪ ॥

યત્ર્વાં ક્રુદ્ધાઃ પ્રંચક્રુર્મન્યુના પૃષ્ઠે મૃતે । સુકલ્પમપ્ત તરયા પુનસ્ત્વોદીપયામસિ

॥ ૫ ॥

પુનસ્ત્વાદિત્વા કુદ્રા ધસત્વાઃ પુનર્નૃદ્ધા ધસુંનીતિરમે ।

પુનસ્ત્વાઃ પ્રમ્ણસ્યતિરાઘોદીર્ઘાયુત્વાય જાતશારદાય

॥ ૬ ॥

યોં અપિઃ ક્રુષ્યાત્પ્રવિવેશં નો મૃદમિમં પશ્યન્નિતરં જાતવેદમમ્ ।

તં દરામિ પિતૃવજાય દૂરં સ ધર્મેર્નિન્ધ્વાં પરમે સ્વચ્ચે

॥ ૭ ॥

ક્રુષ્યાદમમિં પ્ર હિંણોમિ દૂરં ચમરાંશો ગચ્છતુ રિપ્રવાહઃ ।

હુહાયમિતરો જાતવેદા દેવો દેવેભ્યો હૃયં વંદતુ પ્રજાનન્

॥ ૮ ॥

અર્થ— (યદિ ક્રુદ્ધવાત્ અપિઃ) જે માંસ ખાનારો અપિ અને (યદિ વા અપિ-સોજા ક્યાપ્તઃ) જે ધરનાર મિત્રપત્નો સામ-દિ.અ. (દુર્મં ગોષ્ઠ પ્રવિવેશ) આ ગેશાગામાં દાખલ થયો, તો (માણંજયં કુરવા) તેને આદ-વી યુગ બનાવી (કુર પ્રહિણોમિ) દૂર નસાડી મૂકું છું, (સ ગચ્છતુ પ્પુષ્પદોઽપ્યધીન્) તે પાણીમાં રહેનાર અપિને પામે ભય [ ૪ ]

(મૃતે પુરુષે) મનુષ્ય મરી ગયા પછી (વાત કુદ્રાઃ ધસ્યુના) રવા પ્રસક્રુઃ) જે કુદ્ર વધ ક્રોધથી નાશે ભાગ્ય છે, છે, હે અગ્ને ! (ત્વયા તત્ સુકલ્પરં) તારા તરથી તે ભાગ્ય હર થયો યોગ્ય છે તેથી (પુન રવા ડત્ દીપયા-મસિ) ફરી તને પ્રદીપ્ત કરીએ બીએ [ ૫ ]

હે અગ્ને ! (માદિત્વા, કુદ્રા, ધસત) આદિત્વ, રંદ અને વસુ, (પશુ-શનિ) ક્રુદ્ધા પ્રમ્ણસ્યતિ) ધન આપનારો અર્ધા અને બ્રહ્મબુદ્ધિ (જાતશારદાય દીર્ઘાયુત્વાય ત્વા પુન અગાત્) સો વરસના દીર્ઘશ્વન માટે તને ફરી સ્થાપિત કરે છે, [ ૬ ]

(યા ક્રુષ્યાત્ અપિઃ) જે માંસભક્ષક અપિ (હતરં જાતવેદસં વદવન્) બીજા જાતવેદસુ અપિને ભેષને (ત પૃથં પ્રવિવેશ) અમારા ધર્મા પેશી ગયો છે, (તં પિતૃવજાય દૂરં દરામિ) તે અપિને પિતૃવજ માટે દૂર લઇ જઈ છું, (સ પરમે સ્વચ્ચે યર્મે હૃયં) તે પરમધર્મા ગરમ વધારે [ ૭ ]

(ક્રુષ્યાત્ અપિઃ દૂરં પ્રહિણોમિ) માંસભક્ષક અપિને દૂર લઇ જઈ છું તે (રિપ્રવાહઃ ચમરાજઃ ગચ્છતુ) કોઇ દૂર કરનારો યમરાજની પામે ચ.હ્યો ભય (હત્ર વચ્ચે હતરઃ જાતવેદઃ) અર્ધો આ બીજો જાતવેદ અપિ છે તે (પ્રજાનન્ દેવાઃ દેવેભ્યઃ હૃયં વંદતુ) જાતનારો દેવ અર્ધા દેવે માટે હૃયનીય ભાગ લઇ ભય [ ૮ ]

બા.વર્ણ— પ્રેતભક્ષક અપિ જે કોઈના ધરમા પ્રવેશ્યો દોષ એટલે જે કોઈના ધરમા મૃત્યુ થયો દોષ, તો ત્યાં આદ-ધીને વિદિ થયા પછી તે ધર્મનું મૃત્યુભય દૂર રાચ એટલે મૃત્યુ ત્યાં ફરી ન આવે (૪)

કોઇ ધરે કોઇ માનુષ મરી ગયું દોષ નો તેને જાળવા અપિ ક્રોધિત, હ્રમ એટલે પ્રભવિત કરાયેલો તેથી પછી કોઇ ભય ન રહે પછી અપિ પ્રતીપ્ત કરવાના કારણે બધે રાત્રિ થઇ ભય (૫)

ધરમા યજ્ઞ થયે કરતા જે અપિ સ્થાપિત કરે છે તેથી તે ધરમા માણસેનો સો વરસનું દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત થઇ શકે (૬)

એક પ્રેતમાસભક્ષક અપિ છે અને બીજો ચળખનારો અપિ છે પ્રેતભક્ષક અપિ પિતૃવજ કરે અને તે ચળખે પિતૃના બીજા લોભા લઇ ભય (૭)

પ્રેતમાસભક્ષક અપિ, મનુષ્યના રહેઠાણથી દૂર રહે એટલે પ્રેતોનું હલન મનુષ્યસ્થાનથી પુખ્ત દૂર દોષ થયું જે આ બીજો જાતવેદ નામનો અપિ ચળખ કરતા સ્થાપિત કરાય છે, તે હવન દ્વારા દેવતાઓની તુષ્ટિ કરે છે એટલે એ મનુષ્યોના ધરમા રહે (૮)

ક્રવ્યાદમર્મિમિપિતો હરામિ જનાન્દંહન્તં વજ્રેણ મૃત્યુમ્ ।

નિ તં શાસ્મિ ગાર્હપત્યેન વિદ્વાન્પિતૃણાં લોકેર્ષિ મામો અંસ્તુ ॥ ૯ ॥

ક્રવ્યાદમર્મિ શશમાનમુકથ્ય૧ પ્ર હિંનોમિ પૃથિમિઃ પિતૃયાણૈઃ ।

મા દેવયાનૈઃ પુનરા ગા અર્ચવેષિ પિતૃષુ જાગૃહિ ત્વમ્ ॥ ૧૦ ॥

સર્મિન્ધતે સંકસુકે સ્વસ્તયે શુદ્ધા મવંન્તઃ શુચંયઃ પાવકાઃ ।

જહાતિ રિપ્રમત્યેનં એતિ સર્મિદ્ધો અગ્નિઃ સુપુનાં પુનાતિ ॥ ૧૧ ॥

દેવો અગ્નિઃ સંકસુકો દિવસ્પૃષ્ઠાન્યારુહત્ । મુચ્યમાનો નિરેણસોઽર્મોગસ્માં અશસ્ત્યાઃ ॥ ૧૨ ॥

અસ્મિન્વયં સંકસુકે અગ્નૌ રિપ્રાણિ મૃજમહે । અમૂમ યજ્ઞિયાઃ શુદ્ધાઃ પ્રાણ આયૂંપિ તારિપત્ ॥ ૧૩ ॥

અર્થ— (જનાન્ વજ્રેણ મૃત્યુમ્ દંહન્તં) લે જાને વજ્ર વડે મૃત્યુની પાસે લઈ જનારા (ક્રવ્યાદં મર્મિમિપિતઃ હરામિ) મહાભક્ષક અગ્નિને ક્રવ્યપૂર્વકે લઈ ગઈ હું (વિદ્વાન્ ગાર્હપત્યેન તં નિશાસિ) વળીને હું ગાર્હપત્ય અગ્નિ દ્વારા તેનું શાસન કરું છું. તેનો (પિતૃણાં લોકે મામો અંસ્તુ) પિતૃના લોકમાં મામ અન્ન રહે. [૯]

(ક્રવ્યદં શશમાન ક્રવ્યાદં મર્મિ) પ્રશંસનીય ગનિમાન્ માસભક્ષક અગ્નિને (પિતૃયાણે. પૃથિમિઃ પ્રહિનોમિ) પિતૃયાનના માર્ગેથી દૂર નહાડું છું. (દેવયાનૈઃ પુનઃ મા મામા.) દેવયાન રસ્તે ફરી અહીં આવતા નહિ (અથ એવ પૃથિ) અહીં રહે. (ત્વં પિતૃષુ જાગૃહિ) તું પિતૃઓમાં જાગૃત રહે. [૧૦]

(શુચંયઃ પાવકાઃ શુદ્ધાઃ મવંન્તઃ) શુભિ, પવિત્ર અને શુદ્ધ થઈ (સ્વસ્તયે સંકસુકં સં દન્ધતે) કંભાણુ માટે વિદાહક અગ્નિને પ્રગટાવીએ છીએ. તે (રિપ્રં જહાતિ) કુષ્ટત્વ ત્વજે છે અને (અન. મતિ એતિ) પાપનું અતિ-કમળ કરે છે. (સર્મિદ્ધઃ સુપુના અગ્નિઃ પુનાતિ) પ્રજ્વલિત થએલો પવિત્રતા કરનારો અગ્નિ બધાને પવિત્ર કરે છે. [૧૧]

(સંકસુકા દેવઃ અગ્નિઃ) વિદાહક અગ્નિ દેવ (દિવઃ પૃષ્ઠાનિ આરુહત્) દુરોક્તની ઉપર ચઢ્યો છે, તે (અસ્માન્ અનસઃ પિમુચ્યમાનઃ) અમને બધાને પાપપાથી મુક્ત કરતો (અ-શસ્ત્યાઃ અમોહઃ) અપ્રશસ્તતાથી મુક્ત કરે છે. [૧૨]

(અસ્મિન્ સંકસુકે અગ્નૌ) આ વિદાહક અગ્નિમાં (વયં રિપ્રાણિ મૃજમહે) અમે બધા અમારા દોષોને શુદ્ધ કરીએ છીએ. તેથી (યજ્ઞિયાઃ શુદ્ધાઃ અમૂમ) અમે પવિત્ર અને શુદ્ધ બનીએ છીએ તે (ના આયૂંપિ પ્રતારિપત્) અમારું જીવન વધારે. [૧૩]

આવાર્થ— મનુષ્યોનાં પ્રેતોને બાળનારા અગ્નિના કાર્યની સાતિ ગાર્હપત્ય અગ્નિથી એટલે વિવાદ પ્રસંગે અગ્નિથી કશય છે એટલે તેમનું કાયં પરસ્પર મિત્ર છે એકથી વંશનો નાશ અને બીજાથી વંશની વૃદ્ધિ થાય છે. (૯)

પિતૃનાં જવાનાં રસ્તા ઉપર (સ્મશાનગ્રા) આ માસભક્ષક અગ્નિ છે અને દેવોના મંત્રન માર્ગ ઉપર બીજો થઈ કરવાનો અગ્નિ છે. (૧૦)

મનુષ્ય શુદ્ધ, પવિત્ર અને મહાદેવ થઈ પોતાના કંભાણુ માટે આ અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરે છે. તેથી બધા દોષો દૂર થાય છે. પાપો દૂર થઈ પવિત્રતા વધે છે. (૧૧)

આ અગ્નિ પ્રદીપ્ત થઈ તેની જ્વાલાઓ આકાશ સુધી જાય છે અને તે અમને પાપોથી બચાવે છે, તેમજ અપ્રશસ્ત માર્ગથી અમારું રક્ષણ કરે છે. (૧૨)

આ અગ્નિમાં અમે જીવન કરીએ છીએ અને અમે પોતાના દોષોને શુદ્ધ કરીએ છીએ તેથી અમે શુદ્ધ, પવિત્ર અને પૂજના યોગ્ય બની અમારું જીવન વધારીએ છીએ (૧૩)

સંકલુકો વિકલુકો નિર્કલુકો યથં નિષ્કરઃ । તે તે યદ્દમં મર્ષદસાં દુરુષમનીનશ્ચ ॥ ૧૪ ॥

યો નો અર્થેષુ ધીરેષુ યો નો ગોપ્યજાવિષુ । ક્રુષ્યાદું નિર્ણદામસિ યો અમિજંતુયોપતઃ ॥ ૧૫ ॥

અન્યેમ્યસ્ત્વા પુરુષેમ્યો ગોમ્યો અર્થેમ્યસ્ત્વા ।

નિઃ ક્રુષ્યાદ નુદામસિ યો અમિર્જીવિતયોર્પનઃ ॥ ૧૬ ॥

યસ્મિન્દેગ અમૃજત યસ્મિન્નુપ્યાગૃત । યસ્મિન્નૃતસ્તાગૌ, મૃદ્ધા ત્વમગ્રે દિર્ઘ રુદ્ધ ॥ ૧૭ ॥

સર્વિદો અગ્ર આદુત સ નો મામ્યર્પક્રમીઃ । જનૈવ દીદિદિ યવિ ય્યોક્ત્ ચ ધર્મ દ્યૈ ॥ ૧૮ ॥

સીસે મૃદ્ધુ નદે મૃદ્ધુમગ્રી સંકલુકે ચ યત્ । અયો અગ્નિ રામાયા ધીર્વિક્તિમુપર્ણે ॥ ૧૯ ॥

સીસે મલં સાદયિત્વા ધીર્વિકિતમુપર્ણે । અગ્નિમર્તિક્તિર્ન્યા મૃદ્ધા શુદ્ધા મંથત યવિયાઃ ॥ ૨૦ ॥

અર્થ—( સંકલુક વિકલુક ) સંધાત અને વિધાત ( નિર્કલુક યા ચ નિસર ) વિનશ્ચ અને સંદરશિત અમિ ( તે તે યદ્દમ ) તાર શેત્રે ( સન્વેદસા દુરુષ દુર અનીનશ્ચ ) શાનપુત્ર આવના આરને દુરુષ દુર કરી નાશ કરે [ ૧૪ ]

( ય ના અર્થેષુ યા ધીરેષુ ) ને અમારા ધીર અને ધીરાનાં ( ય ના ગોષુ અગ્નિયુ ) ને અમારા અગ્નિ અને ધેરા-બકરાઓનાં ( જનયોપના અગ્નિ ) ધેરાને મૃદ્ધાપનારો અમિ છે, તે ( ક્રુષ્યાદ નિઃ નુદામસિ ) માસમરુક અગ્નિને અમે દુર કરીએ છીએ [ ૧૫ ]

( યા જીવયોપના અગ્નિ ન ક્રુષ્યાદ ) ને શ્રુતનાથ ક્રુષ્યાદ અમિ છે તેને ( અર્થેમ્ય પુરુષેમ્યઃ ગોમ્યઃ અર્થેમ્યઃ ) દવા ) બીજા માણસો, અગ્નિ અને યેગઓથી ( નિઃ નુદામસિ ) નિ મુક્તિ દુર કરીએ છીએ [ ૧૬ ]

હે અમિ ! ( યસ્મિન્નુ દેવા અમૃજત ) નેનાં દેવો શુદ્ધ થયા, ( યસ્મિન્નૃત મનુષ્યા ) અને નેનાં મનુષ્ય પણ શુદ્ધ થયા, ( યસ્મિન્નૃતસ્તાવા મૃદ્ધા ) તેનાં ધીની આદુનિ આપી, શુદ્ધ થઈ ( યવિ ય્યોક્ત્ ) તે સ્વર્ગ ઉપર ચડે [ ૧૭ ]

( આદુત અગ્રે ) આદુતિઓ નેનાં અપાયેલી છે એવા, હે અગ્રે ! ( સર્વિદો સ ના મા અમિ મપક્રમી ) પ્રદીપ થઈ તે અમારું અનિકમ્યુ કરતો નહિ ( અગ્ર યવિ દીદિદિ ) અહીં યુગ્ધાનમાં પ્રકાશિત થા ( ય્યો વ્યોક્ત્ દ્યૈ ) યવિને અમે નિરતર ભેધએ [ ૧૮ ]

( યત્ સીસે મૃદ્ધુ ) ને સીસાનાં લાગ્યો છે, ને ( નદે મૃદ્ધુ ) નદાનાં લાગ્યો છે અને ને ( સંકલુકે અગ્નિ ) વિનશ્ચ અગ્નિનાં તપીને લાગ્યો છે ( અયો અગ્નિ રામાયા ઉપર્ણે ધીર્વિક્તિ ) અને ને ધેગઓનાં, કાળા રંગનાઓનાં તથા માયુ મૂકવાનાં ઓસીકાનાં લાગ્યો છે, તે યજ્ઞને શુદ્ધ કરે [ ૧૯ ]

( સીસે મલ સાદયિત્વા ) સીસાના યજ્ઞ શુદ્ધ કરી, ( અપર્ણે ધીર્વિક્તિ ) ઓસીકા ઉપર મધ્યુ મૂકી, ( અગ્નિર્ન્યા અગ્નિ મૃદ્ધા ) કાળાં ધેગોનાં શુદ્ધ કરી ( યવિયા યુગ્ધા મંથત ) પવિત્ર અને શુદ્ધ બને [ ૨૦ ]

વાચાર્થ—અગ્નિના સંધાત વિધાત ગુણો છે તેમનાં જાન દર્શક પ્રયોગ કરવાથી જ્ઞાતી યોગ્ય તેની સહાયતાથી શેત્રેને દુર કરી શકે છે ( ૧૪ )

આ પ્રકારે યોગ્ય, ધીર અગ્નિ, બકરા, ધેરા વગેરેએને નિરોધે કષ્ટ શક્ય છે. ( ૧૫ )

એઓથી ધેનદાહક અગ્નિને દુર કરવે યોગ્ય છે ( ૧૬ )

યજ્ઞથી દેવતાઓની શુદ્ધિ થઈ, માણસો પણ યજ્ઞથી શુદ્ધ થયા આ પ્રકારે યજ્ઞના ધીની આદુનિ આપવાથી મનુષ્ય શુદ્ધ થઈ ઉત્તમ સ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકે છે ( ૧૭ )

યજ્ઞને અગ્નિ પ્રદીપ થઈ ધરણાર ઉપર ન આવે તોનાની યજ્ઞશાળામાં પ્રદીપ થઈ રહે ઉપાસક દરરોજ યજ્ઞને ભૂમે ( ૧૮ )

ન્યા ન્યા મથ વ એવા દોષ તે તે સ્થાનો શુદ્ધ અને પવિત્ર કરવા ભેધએ ( ૧૯-૨૦ )

પરં મત્યો અનુ પરંહિ પન્થાં યસ્તે એષ હતરો દેવયાનાત્ ।

વહુષ્મતે શૃણુતે તેં શ્રવીમીહેમે ઘીરા ગૃહર્ષો મવન્તુ

॥ ૨૧ ॥

હમે જીવા વિ મૃતૈરાવશૃન્મર્ષુન્દ્રા દેવહૃતિર્નો અથ ।

પ્રાજ્ઞો અગામ નૃતયે હસાય સુવીરામો મિદયમા વંદેમ

॥ ૨૨ ॥

હમં જીવેમ્યઃ પરિધિં દંધામિ મેપાં નુ ગાદપરો અર્થમેતય્ ।

શ્રુતં પ્રીવન્તઃ શરદઃ પુરુષીસ્તિરો મૃત્યુ દંધતાં પર્વતેન

॥ ૨૩ ॥

આ રોહતાયુર્જેરસં શૃણાનાં ઋતુપૂર્વં યત્તમાનાં યતિ રથ ।

તાન્નૃસ્તય્તાં સુજનિમા સુજોપાઃ સર્વમાયુર્નૈયતુ જીવનાય

॥ ૨૪ ॥

યથાહાન્યનુપૂર્વં ભવન્તિ યથૃતં વં ક્રતુમિર્થ્યન્તિ સાકમ્ ।

યથા ન પૂર્વમપરો જહાત્યેવા ધાતરાયૈષિ કલ્પયેપામ્

॥ ૨૫ ॥

૧. અર્થ—હે મૃત્યો! (દેવયાનાત્ હતરઃ યઃ તે વ્યઃ) દેવયાની બહે ને તારો માર્ગ છે, તે (પરં પન્થો અનુવરાદિ) ખીભ માર્ગથી દૂર ચાલો. ૨. (વહુષ્મતે શૃણુતે તેં શ્રવીમિ) આપવાળા અને સાંભળનારા તને હું આ હૃદય (હમે ઘીરા ગૃહર્ષઃ મવન્તુ) આ વીરો પુરુષ થાય [ ૨૧ ]

(હમે જીવાઃ મૃતૈઃ આ વહુષ્મન્) આ જીવતા લોકો મરણાગ્રેથી ઘેરાયેલા છે (ન દેવહૃતિઃ અથ મર્દા અમૃત્) અમારી હસ પ્રાર્થના આને કલ્યાણમપી બની ગયું છે (નૃતયે હસાય પ્રાજ્ઞ અગામ) નૃત્ય અને હાસ્યના માટે આને બધા આમળ વધીએ અને અમે (સુવીરાસઃ મિદયં મા વંદેમ) ઉત્તમ વીર યદ્યુક્તો વિચાર કરીશું [ ૨૨ ]

(જીવેમ્ય હમ પરિધિં વધામિ) જીવે માટે આ મર્ધા આપુ પુ (વર્ણો અપર વર્ત અર્થે મા નુ ગાત્) આમાંથી ગાઇ પછી એક એ મર્ધા બહાર કઢી ન આવે (શરદઃ પુરુષી જીવન્ત) અતિ દીર્ઘ સૌ વરસનું જીવન અનુભવતો, (પર્વતેન મૃત્યુ તિરો વધતાં) પર્વત દ્વારા મૃત્યુને પેલીપર રાખે [ ૨૩ ]

(જરસ શૃણાનાં આયુઃ આરોહત) રુદ્રાવસ્થાનો સ્વીકાર કરતાં દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરે, (અનુપૂર્વં યતમાના યતિ રથ) એક પછી બીજો સિદ્ધિ મળે ત્યાં સુધી પ્રયત્ન કરતો રહે, પ્રયત્નમાં રહે (સુજનિમા સુજોપા ત્વષ્ટા) ઉત્તમ જન્મવાળો ઉત્સાહવાળો ત્વષ્ટા (તાન્ વા જીવનાય સર્વં આયુ નયતુ) તમને બધાને દીર્ઘજીવન માટે સ પૂર્ણ આપુ સુધી સહ ગય [ ૨૪ ]

(યથા બદાન્તિ અનુપૂર્વં ભવન્તિ) જેમ દિવસે એક પછી બીજો એમ આવે છે (યથા ક્રતુરઃ ક્રતુમિ સાકં યન્તિ) જેમ ઋતુ ઋતુઓની સાથે ચાલે છે (યથા પૂર્વે અપર ન જહાતિ) જેમ પહેલાને બીજો ઊડતો નથી, હે ધાતા! યથા વ્યા આયુષિ કલ્પય) તેમના જીવનની મેળબા કર [ ૨૫ ]

ભાવાર્થ—મૃત્યુ અમારા બધાથી દૂર રહે, અમારી પાસે ન આવે અમારા બાળબચ્ચાઓ હૃદયુષ્ઠ અને નિરોગી તેમજ દીર્ઘજીવી બને ( ૨૧ )

અહીં ને લોકો જીવતા છે તે ચારેય તરફથી મૃતો વડે ઘેરાયેલા છે એટલે કે તેમની ચરે બાજુ મૃત જીવ છે અમે ઇશ્વરની પ્રાર્થના કરી કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરીએ અમે હાસ્ય અને નૃત્યના પોતાનો મ ગવ સમય વ્યતીત કરીએ અમે બધા ઉત્તમ વીર બનીએ અને યુદ્ધમાં પોતાનું સૌર્ય પ્રગટ કરીએ ( ૨૨ )

જીવેના માટે આયુષ્યની મર્ધા નિશ્ચિત વધે કે કાંઈ મનુષ્ય આ દીર્ઘજીવનની મર્ધા ન તોડે એટલે અત્યાયુષ્મા ન મરે બધા લોકો અતિ દીર્ઘજીવન સુધી જીવતા રહે અને મૃત્યુને દૂર કરે ( ૨૩ )

રુદ્રાવસ્થાને પ્રાપ્ત થઈ દીર્ઘજીવનનો સ્વીકાર કરવો એક પછી એક એટલે રુદ્રો પછી જીવન ચાલે, પૂજો પહેલાં જીવન ન મરે, લાલુ જીવન મેળવવા પ્રયત્ન કરે ઇશ્વર બધા પ્રયત્ન કરનારાઓને દીર્ઘજીવન આપે ( ૨૪ )

જેમ દિવસ પછી દિવસ, ઋતુ પછી ઋતુ અને જેમ પહેલા પછી બીજો જાય છે, તેમ રુદ્ર પછી જીવન ચાલવા બધા, રુદ્રો પહેલા બીજાને ન મરડુ, એટલે બધાએ વધ યદ્યુક્તજીવન પુરુષ ( ૨૫ )

અમન્વતી રીયતે મં રમણં વીર્યધું પ્ર તૈરતા સહાયઃ ।

અત્રાં જહીતુ ચે અસન્દુરવાં અનમીવાનુર્ચરમામિ વાજાન્

॥ ૨૬ ॥

ઉત્તિષ્ઠતા પ્ર તૈરતા સ્તાયોઽમન્વતી નુદી સ્પન્દત કુપમ્ ।

અત્રાં જહીતુ ચે અસન્નર્થિવાઃ શિવાન્સ્પોનાનુર્ચરમામિ વાજાન્

॥ ૨૭ ॥

વૈશ્વદેવી વર્ચસુ આ રમણં ગુદા મવન્તુઃ શુચયઃ પાવકાઃ ।

અતિક્રામન્તો દુરિતા પદાર્તિ જ્ઞતં દિમાઃ સર્વવીરા મદમ

॥ ૨૮ ॥

ઉર્દાવીર્નઃ પૃથિર્મિર્વાયુમક્રિરતિક્રામન્તોઽર્વાન્વરેભિઃ ।

પ્રિઃ સ્ત સ્ત ક્વપ્તઃ ક્વપ્તઃ પૈરતા મૃત્યુ પ્રત્યૌહન્પદ્યોપનેન

॥ ૨૯ ॥

મૃત્યોઃ પદં યોવયન્તુ એત દ્રાધૌય આયુઃ પ્રવર દર્શનાઃ ।

આસીના મૃત્યુ નુદતા સ્વચ્ચસ્યેઽર્ધ જીવાસૌ વિદ્યમા વંદમ

॥ ૩૦ ॥

અર્થ— ( અમન્વતી રીયતે ) પાથરોવાળી નદી અપથી દેડી રહી છે ( સત્તમણ ) ચેતીને રહે, ( વીર્યધ ) વીરતા ધારણ કરે અને ( સહાયઃ પ્રતરત ) હે મિત્રો! તરી નબો ( વે હુરેવા મલન મજ જહીત ) ને દુઃખદાયક હોય તેમને અહીં જ રેડી ઘો ( ઉત્તરેમ અનમીવાનુ ધાજાન્ ) ને અને પાર થઇશ તે નિશંકી અપ પ્રાપ્ત કરીશ [ ૨૬ ]

હે ( સહાય ) મિત્રો! ( ઉત્તિષ્ઠત પ્રતરત ) ઉઠો અને તરી નબો ( જ્યં અમન્વતી નદી સ્પન્દતે ) આ પાથરોવાળી નદી અપથી રહી રહી છે ( વે અસિયા થલન અજ જહીત ) ને અશુભ જે તેમને અહીં જ રેડી ઘો ( ઉત્તરેમ શિવાન્ સ્વોનાન્ અમિ ) ને અને તરી નબશ તે અને પુષ અને સુખદાયક અનને પ્રાપ્ત કરીશ [ ૨૭ ]

( શુદ્ધાઃ શુચય પાવકા મવન્ત ) શુદ્ધ, પવિત્ર અને મહારહિત યજ ( વર્ચસે વૈશ્વદેવી આરમણ્ય ) કલ્યાણ મારે વિશ્વદેવી ઉપાસનાને આરબ કરે ( દુરિતા પદાર્તિ મતિક્રામન્ત ) પાપના રવાનેને દૂર કરતાં ( સર્વવીરાઃ મદમ હિમાઃ ) મદમ વીરો સથે અને સે વરસ સુધી આનંદથી રહીશ [ ૨૮ ]

( વાયુમક્રિર ઉર્દાવીર્ન પરેભિઃ પથિમાઃ ) વાયુવાળા ઉપરના એક મારે ( અવરાજ મતિક્રામન્તા ) નીચેનાં અતિક્રમણ કરતાં ( પૈરતાઃ ક્વપય જિઃ સ્ત સ્ત હૃત્વા ) દૂર પહોંચેલા ક્રિપિઓ તથા વાર સાત વખત તપરવા કરી ( પદ્યોપનેન મૃત્યુ પત્યાહન્ ) પોતાના પગ મૂકવામાં મૃત્યુને દૂર કરે છે [ ૨૯ ]

( મૃત્યોઃ પદં યોવયન્તુ ) મૃત્યુના પગને દૂર કરતાં ( એતલ્ મૃત્યુ દ્રાધૌય પ્રતર દર્શના ) આ આયુ દીર્ઘ અને અજ બનાવી પારણ કરતાં ( આસીનાઃ મૃત્યુ નુદતા ) આસનો વગેરે કરી મૃત્યુને દૂર કરે ( અર્ધ જીવાસ સ્વચ્ચસ્યે વિદ્યમા આવદમ ) અને ને શ્વતા રહેશે તે પોતાના પગમાં પાછી વાત કરશે [ ૩૦ ]

ભાષ્ય— આ સસાર એક મહાન પથરોવાળી નદી છે, એટલે તેમાં દુઃખો અને કષ્ટો તથા મોટા મોટા પથરો છે આ નદીને વેગ થયે બહુ ભારે છે તેથી આ નદીને પાર કરવા મારે સાવધાનીથી વીરતા ગુણ સંગ્રહ કરવું એટલે આ પ્રારે દળીમળી રહીને ચાલીએ તે પાર કરી શકીએ, આપસમાં તડ વધશે તે આ નદીમાં તણાઈ જવાય. એ વસ્તુઓ આપણી પાસે જરૂરી નથી તે બધી અહીં રેડી ઘો જ્યારે તમે પરી પાર થશે ત્યારે જતાં વસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરી શકીએ પણ એ જિન જરૂરી વસ્તુઓને પાર સાથે સમરો તે તે બાજના કાલે જ તમે હુળી જશો ( ૨૬-૨૭ )

શુદ્ધ, પવિત્ર અને મહારહિત બો અને મહારહિત બો પાપના રવાના પોતાનો પગ મૂકવા નહિ આ પ્રારે નિર્દોષ બની આનંદથી સે વરસ શ્વતા રહે ( ૨૮ )

મૃત્યુવાસને અકાસ કરી મૃત્યુને સ્વર્ગથી નહાતા ચેતી રજૂ થઈને નિર્દોષ બનાવી પોતાના આધીન સમે છે તે જ ક્રિપિઓ તપરવા વડે મૃત્યુને દૂર કરી દીર્ઘશ્વન ભવિત કરે છે ( ૨૯ )

આ રીતે મૃત્યુને પગ પોતાના આધીન ઉપરથી દૂર કરતા પોતાનું શ્વન થયું જાય બનાવી, આસન-પ્રત્યાયામ વગેરેથી મૃત્યુને દૂર કરી અને દીર્ઘશ્વન પ્રાપ્ત કરી જતાં રવાના થઈ પોતાનું શ્વન ચક્રવર્ત બનાવે ( ૩૦ )

દુમા નારીરવિધવાઃ સુપત્નીરાક્ષિણેન સર્વિષા સં સ્પૃશન્તામ્ ।

અનથર્થો અનમીવાઃ સુરત્ના આ રોહન્તુ જનયો યોનિમગ્ને

॥ ૩૧ ॥

વ્યાકરોમિ દ્વિવિપાદમેતો તૌ વ્રક્ષણા વ્યૃહં કલ્પયમિ ।

સ્વર્ધા પિતૃમ્યો અજરાં કુળોમિ દીર્ધેર્ણાયુષા સમિમાન્સૃજામિ

॥ ૩૨ ॥

યો નો અગ્નિઃ પિતરો દૃત્સ્વૅન્તરાવિવેશામૃતો મત્યૈષુ ।

મત્યૃહં તં પારિં મૃક્ષામિ દેવં મા સો અસ્માન્દિસત્ મા વયં તમ્

॥ ૩૩ ॥

અપાકૃત્ય ગાર્હપત્યાક્રવ્યાદા પ્રેતં દક્ષિણા ।

મિયં પિતૃમ્યં આત્મનેં વ્રક્ષમ્યઃ કુણ્તા પ્રિયમ્

॥ ૩૪ ॥

દ્વિભાગધનમાદાય પ્ર ક્ષિણાસ્યવંત્યા । અગ્નિઃ પુત્રસ્યં વ્યેષ્ઠસ્ય યઃ ક્રવ્યાદર્નિરાહિતઃ

॥ ૩૫ ॥

અર્થ— ( દુમાઃ નારીઃ સુપત્નીઃ સર્વિષયાઃ ) આ સ્ત્રીઓ ઉત્તમ ધર્મપત્નીઓ અને અને કહી વિધવા ન અને, ( આજ્ઞાને સર્વિષા સંસ્પૃશન્તાં ) તેમજ અંજન અને થી શરીરને ચોપડે, તેમજ ( અનમીવાઃ અનથર્થઃ સુરત્નાઃ ) શોભાશિત, અશુભિત થઈ ઉત્તમ સ્ત્રીઓ થઈ શકે છે. એવી ( જનયઃ અગ્ને યોનિં આરોહન્તુ ) સ્ત્રીઓ પહેલાં પોતાના ધરમાં ઉત્થરવાન મેળવે. [ ૩૧ ]

( અહં ઇતી દ્વિવિષા વ્યાકરોમિ ) હું આ બંનેને દ્વિવિધ વિશેષ ઉત્તમ કરું છું. ( વ્રક્ષણા અહં વિકલ્પ-યામિ ) શાનથી હું એની વિશેષ કલ્પના કરું છું. ( પિતૃમ્યા અજરાં સ્વર્ધાં કુળોમિ ) પિતૃશના માટે હું અવિનાશી સ્વર્ગીય ધારકકક્ષિત વધારું છું. ( દુમાન્ દીર્ધેર્ણ યાયાવા સંસ્પૃજામિ ) એમને દીર્ધજીવનથી યુક્ત કરું છું. [ ૩૨ ]

( પિતરઃ ) પિતરી ! ( ના યઃ અમૃતઃ અગ્નિઃ ) અમારો જે અમર અગ્નિ ( મત્યૈષુ દૃત્સ્વુ અમૃતઃ આ-વિવેશ ) મત્યૈષુ હવેલાં આવેલ ઉત્પન્ન કરે છે, ( તં દેવં અહં મયિ વરિષ્ઠામિ ) તે દેવ્ય અગ્નિને હું પોતાનામાં ધારણ કરું છું. ( સ્ત્રઃ અસ્માન્ મા દિસત ) તે અમારો દેવ ન કરે, તેમજ ( તં વયં મા ) તેનો અમે દેવ ન કરીએ. [ ૩૩ ]

( ગાર્હપત્યાક્ અપાકૃત્ય દક્ષિણા ક્રવ્યાદા પ્રેત ) ગાર્હપત્ય અગ્નિથી દૂર થઈને દક્ષિણ તરફ પ્રેતમાંસમક્ષક અગ્નિ તરફ આવેલા અને ( પિતૃમ્યાઃ આત્મનેં વ્રક્ષમ્યઃ મિયં કુણ્તા ) પિતરો માટે, પોતાના માટે તેમજ આજ્ઞાના માટે પ્રિય કરો. [ ૩૪ ]

( યઃ અનિરાહિતઃ ક્રવ્યાક્ અગ્નિઃ ) જે ન શુભાવેશો પ્રેતમાંસમક્ષક અગ્નિ હોય છે, તે અગ્નિ ( વ્યેષ્ઠસ્ય પુત્રસ્યં દ્વિભાગં ધનં આદાય ) મોટાભાઈને ધનના જે ભાગ પ્રાપ્ત થવા છતાં ( અવસ્થર્થો પ્રક્ષિણાતિ ) દિશ્વિતાથી તેને ક્ષોણ બનાવે છે. [ ૩૫ ]

ભાવાર્થ— સ્ત્રીઓ સારી ધર્મપત્ની બને, તેઓ કહી વિધવા ન થાય, તેઓ સૌભાગ્યયુક્ત થઈ પોતાના શરીરને અંજન વગેરે સાધનો વડે સુશોભિત કરે. નિરોગી બને, શોભાશિત થઈ અશુભિત રહે અને ઉત્તમ ધર્મેશી સહુગાર કરી સુશોભિત રહે. પોતાના ધરમાં આ સ્ત્રીઓ સન્માનિત થઈ મહત્વનું સ્થાન પ્રાપ્ત કરે ( ૩૧ )

હવેન વડે મૃત અને જીવિત બેઠેલ બંનેને લાભ પહોંચે છે. જ્ઞાનથી જ તેની વિશેષ કલ્પના થઈ શકે ॥ હવેનથી મરેલા-ઓને સ્વત્વધારક બલ પ્રાપ્ત થાય છે અને જીવિતોને દીર્ધજીવન પ્રાપ્ત થાય ॥ ( ૩૨ )

આ અમરધર્મયુક્ત અગ્નિ મનુષ્યોના દિલ્લકર્તા હોવાથી બધાને પ્રિય છે. તેને મનુષ્ય પ્રજનવિત કરે અને તેની મહત્વથી વ્રતવિ પ્રાપ્ત કરે. ( ૩૩ )

માણસે એવું આચરણ કરવું જોઈએ કે જેથી પોતાનું કલ્યાણ થાય, જ્ઞાનીઓના સન્માન વગેરે અને પિતૃશનું યજ્ઞ વૃદ્ધિગત થાય. શુદ્ધસાધન સ્વીકારવાથી અત્યેષ્ઠિ સુધી મનુષ્ય એજ કરતાં રહે ( ૩૪ )

પ્રેતાદક અગ્નિને સારી રીતે વિધિપૂર્વક શાન્ત કરવામાં ન આવે તો તેજ યુગને પિતૃધનના જે ભાગ પ્રાપ્ત થવા છતાં પણ તેને દારિદ્રતાના કષ્ટ ભોગવા પડે છે, માટે અત્યેષ્ઠિ અગ્નિને વિધિપૂર્વક શાન્ત કરવો જોઈએ. ( ૩૫ )



યત્કૃપતે યદ્દનુતે યથા સુતેનં તિન્દતે । સર્વં મર્ત્યેસ્ય તથાસ્તિ કૃષ્ણાચ્ચદર્નિરાહિતઃ ॥ ૩૬ ॥

અયત્તિયો હસર્વર્ષા મયતિ નૈનૈનં દિવરત્તિ । દિનતિં કૃષ્ણા મોર્ષનાયં કૃષ્ણાદનુવર્તતે ॥ ૩૭ ॥

સુદુર્ગૃહ્યઃ પ્રવૃદ્ધત્યારિં મર્ત્યો નીત્યં । કૃષ્ણાઘાનપિરન્તિકાર્દનુવિદ્વાન્નિતાવતિ ॥ ૩૮ ॥

ગાર્ધા ગૃહાઃ સં સૂચ્યન્તે સિયા યન્નિષ્વતે પતિઃ ।

મૃદૌચ વિદ્વાનેષ્વોષ્ટ યાઃ કૃષ્ણાદં નિરાદર્ષત્ ।

મદ્દિપ્રં શમલ ચક્રમ યથા દુષ્કૃતમ્ ।

આપો મા તસ્માચ્છુમ્મન્ત્વમેઃ સંસુકાચ્ચ યત્

તા અધૂરાદુદીચીરાવૃષ્ણમજ્ઞાનતીઃ પથિમિદંવયાનૈઃ ।

પર્વતસ્ય ધૂપમસ્પાર્ધિ પૃષ્ઠે નૌધરન્તિ સરિતઃ પુરાણીઃ ॥ ૪૧ ॥

અર્થ—(મર્યાદા અનિરાહિતઃ એટલે) પ્રેતમાંસમક્ષ અગ્નિ ને દાન કરવામાં ન આવે, તે તે (મર્ત્યેસ્ય તથા સર્વે ન અસ્તિ) ખાતું ને બધું નહીં છે, (યત્ કૃપતે) ને ખેતીમાંથી મળે છે, (યત્ યનુત) ને પોતાને વાસમાં ભાગે આવે છે અને (યત્ ચ વસ્તન વિન્દતે) ને કારીગરીથી મળે છે [ ૩૬ ]

તે માણસ (અયત્તિયો હસર્વર્ષા મયતિ) અપવિત્ર અને નિરતેજ યાચ છે, (યનેન દિવિઃ અજ્ઞે ન) એનું આપેલું અન્ન ખાવા લાયક હોતું નથી, (કૃષ્ણા મો ધનાત્ દિનતિ) ખેતી, ગાય અને ધન તેની પાસેથી છીનવી લેનાય છે, (ય કૃષ્ણાત્ સુદુર્ગૃહ્યઃ) નેની સાથે પ્રેતમાંસમક્ષ અગ્નિ ભય [ ૩૭ ]

(યાત્ અભિકાલ કૃષ્ણાત્ માઃ) જેમને આ શવમાંસમક્ષ અગ્નિ (વિદ્વાન અનુ પિતાઘોત) ભણીને પાછળ પડે છે, તે (મર્ત્યે આર્તે કાંચ) મનુષ્ય કદને પ્રાપ્ત થઈ, (સુદ્ય મુદ્ધઃ પ્રવદતિ) મનેામનેાની સાથે ફરી ફરી પોકારતો રહે છે એટલે રડતો રહે છે [ ૩૮ ]

(યતઃ સિપ્રાઃ પતિઃ ત્રિયતે) અધારે ઓતો પતિ મરી ભય છે, ત્યારે (ગૃહાઃ પ્રાદ્યા સ સૂચ્યન્તે) ઘર પીઠાઓથી યુક્ત બને છે તે વખતે (વિદ્વાન મદ્યા યથ લેખ્ય) ટાળી સાલસજ્જ મોલાવવા થાય છે, (ય કૃષ્ણાદ નિરપ્યાત્) ને પ્રેતમાંસમક્ષ અગ્નિને દર કદી શકે છે [ ૩૯ ]

(યત્ રિપ્ર શમલ) ને પાપ અને અભિનતા (યત્ ચ દુષ્કૃત ચક્રમ) ને દુર ચાર અમે કહી છે, (તસ્માત્ સત્સુકાન્ અમેઃ) તે નિષ્પાતક અગ્નિથી (ઘાપઃ મા શુભસ્તુ) ભજ મને પવિત્ર કરે [ ૪૦ ]

(તાઃ અધૂરાત્ વદીચી) ને ઉપરની તરફથી નીચેની (મજ્ઞાનતી દેવયાનૈ પથિમિ) આવવૃત્તનું ઘાન પ્રાપ્ત કરી દેવાનું મનેાથી વારવાર થાય છે (સુવસ્ય પર્વતસ્ય અધિપૃષ્ઠે) રહિ કરનારા પર્વત ઉપર (પુરાણી સરિતઃ ગયાઃ ચરતિ) પુરાણી નદીઓ નદીન ચાલવા લાગે છે [ ૪૧ ]

ઘાપાર્થ—ખેતીથી, કારીગરીથી અથવા વારસાથી પ્રાપ્ત થતું ધન પણ નહીં થઈ ભય છે, એ અન્યથેષ્ટિના અગ્નિને સાત ન કરવામાં આવે [ ૩૬ ]

અન્યથેષ્ટિના અગ્નિ કામમ મનુષ્ય સાથે રહેવાથી માલસ અપવિત્ર અને નિરતેજ યાચ છે તેનું અન્ન અમર્ય યાચ છે, તેની ખેતી ગાયો અને ધન નહીં થાય છે મદ્દિ તેની સાતિ કરી મનુષ્યે સ્વાભાવિક પવિત્ર બનવું મેળવે [ ૩૭ ]

જેમના વરમા અથવા ને મનુષ્યોના આ અન્યથેષ્ટિ અગ્નિ ફરી ફરી અનવિન યાચ છે એટલે જેઓના વારે ધરી મૃદુ યાચ છે તેમને ધણી કષ્ટો યાચ છે અને તે લોકો વારવાર રડતાં ફૂટતા ચરેલાના લાભોનું વર્ણન કરી પ્રકારવા રહે છે [ ૩૮ ]

અધારે કાંઈ સીનો પતિ મરે છે ત્યારે તે ધરમા કદી પીડા થાય છે તે વખતે વિદ્વાન અજ્ઞેને મોલાવી [ ૩૯ ]

જે પાપ દેવ અને દુશ્ચાર પ્રેત કદ અગ્નિના કારણે થાય છે તેની શુદ્ધિ પશ્ચીમી નાદવાથી થાય છે [ ૪૦ ]

નદીઓ પર્વત ઉપરથી નીચાણે વસે ભય છે તેથી ગર્ભીના દિવસેના મુકાદ્ અથવા એ વરસ દના દિવસેના નવી બની રહે છે (તે મુજબ) માણસ મર્ત્ય પછી બીજી જીવીર ધરતી કરી નવીન બની ફરે છે [ ૪૧ ]

અર્થે અક્રવ્યાન્નિઃ ક્રવ્યાદં નુદા દેવયજનં વહ ॥ ૪૨ ॥  
 હમં ક્રવ્યાદા વિવેશાયં ક્રવ્યાદુમન્વંભાત્ । વ્યાઘ્રી કૃત્વા નાનાનં તં હરામિ શિવાપરમ્ ॥ ૪૩ ॥  
 અન્તર્ધિદેવાનાં પરિધિર્મનુષ્યાણામધિર્ગાર્હપત્ય ઉમયાનન્તુરાશિત્ ॥ ૪૪ ॥  
 જીવાનામાયુઃ પ્રતિરત્વમગ્રે પિતૃણાં લોકમર્ષિ મન્થન્તુ યે મૃતાઃ ॥ ૪૫ ॥  
 સુગાર્હપત્યો વિતપન્નરાતિમુપામૃણાં શ્રેયર્સી ઘેહાસ્મૈ ॥ ૪૬ ॥  
 સર્વાનગ્રે સહમાનઃ સપત્નાનૈપામૃજં રયિમસ્માહુ ઘેહિ ॥ ૪૭ ॥  
 હમમિન્દ્રઘ્નિઃ પત્રિમન્વારમ્બ્રવં સઘોઃ નિર્વૈશ્વદુરિતાદંવયાત્ ॥ ૪૮ ॥  
 તેનાર્પં હત શરૂમાપંતન્તં, તેનં કુદ્રસ્ય પરિપાતાસ્તામ્ ॥ ૪૯ ॥

અર્થ—(હે અગ્નિ) હું (અક્રવ્યાદ ક્રવ્યાદં નિઃ નુદ) માંસલક્ષક ન બની માંસાહારીને દૂર કર અને (દેવયજનં વહ) દેવા માટે વહ કરનારને પાસે નાખ. [ ૪૨ ]

( હમં ક્રવ્યાદા આધિવેશ ) એની પાસે માંસ લક્ષક આવી ગયો છે, ( અર્થે ક્રવ્યાદં અવ્યાદાત્ ) આ માંસ લક્ષકની પાસે આવ્યો ગયો છે, ( વ્યાઘ્રી નાનાનં કરવા ) આ કર આપોને વિભિન્ન બનાવી ( તં શિવાપરં હરામિ ) તે અશુભને હું દૂર કરું છું. [ ૪૩ ]

( દેવાનાં અન્તર્ધિઃ ) દેવાને પોતાની અંદર રાખનારો ( મનુષ્યાણાં પરિધિઃ ) મનુષ્યોના સંરક્ષણ કરનારો, ( ગાર્હપત્યઃ અગ્નિઃ ) ગાર્હપત્ય અગ્નિ ( ઉમયાનં અંતરાશિત્ ) બુનેના મધ્યમાં રહે છે. [ ૪૪ ]

( હે અગ્ને ! ) ( સર્વ જીવાનાં આયુઃ પ્રતિર ) હું ઓળેનાં જીવન નિર્વિમ્લતા સાથે પાર કરી દે, તેમજ ( યે મૃતાઃ પિતૃણાં લોકં અર્ષિ મન્થન્તુ ) જે મૃતી ગયા છે તે પિતૃલોકમાં આસ્થા બધ ( સુગાર્હપત્યઃ મરાતિ વિતપન્ ) ઉત્તમ ગાર્હપત્ય અગ્નિ યજુને તાપ આપે ( ઘણાં ઘણાં અગ્નેશ્રેયર્સી ઘેહિ ) પ્રત્યેક ઉપકાલ એના માટે કલ્યાણમય કરી દે. [ ૪૫ ]

( હે અગ્ને ! ) ( સર્વાનં સપત્નાનં સહમાન ) બધા યજુઓનો પરાજય કરતો હું ( ઘણાં રાર્ષિર્જઞઃ અસ્માહુ ઘેહિ ) એમનું બળ અને ધન અમારામાં રચાવિત કર. [ ૪૬ ]

( હમં હિન્દ્રં ઘ્નિઃ પત્રિ મન્વારમ્બ્રવમ્ ) આ બૈશ્વં યુક્ત પાલકને અનુકૂલતાપૂર્વક કાર કરો. ( સઘોઃ અવયાત્ દુરિતાત્ નિઃ ઘક્ષત્ ) તે અગ્નેને નિઃશીર્ષ પાપથી છોડાવે ( તેનં આપતન્તં શરૂં અપહત ) તેના વડે હુમલો કરનાર ધાતકનો નાશ કરો. ( તેનં કુદ્રસ્ય અસ્તાં પરિપાત ) તેની સહાયથી રૂદ્રના અગ્રથી બધી તંદુથી પોતે પોતને સંરક્ષેલ કરે. [ ૪૭ ]

ભાવાર્થ— જોમાં દેવાને હૃદયીને હવન થાય છે, તે અગ્નિ પ્રેતલોક અગ્નિને દૂર કરે એટલે ધર ધરમાં છાંયિઓ થાય અને મનુષ્ય દીર્ઘાયુ થાય ( ૪૨ )

જોકે અગ્નિ પ્રેતલોક અને બીજો દેવચાલક છે બનેમા લક્ષક જાણ છે પરંતુ એક શુભ અને બીજો અશુભ છે. મનુષ્ય એક આચારણ કરે કે નેથી હવ અગ્નિ હમિશ પ્રદીપ્ત રહે અને અશુભનાને પ્રદીપ્ત કરવાનો અવસર ફરી ન આવે ( ૪૩ )

દેવાની અંદર રહેનારો મનુષ્યોને સ્વાલુકર્તા ગાર્હપત્ય અગ્નિ અને જન્ય અને મનુષ્યના અભિચોગમાં રહે છે. ( ૪૪ )

અગ્નિમાં હવન કરવાથી મનુષ્યની આયુ દીર્ઘ થાય આ હવનથી મૃતોને પિતૃલોક પ્રાપ્ત થાય ગાર્હપત્ય અગ્નિ શત્રુઓને દૂર કરે છે અને પ્રતિદિન કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરી આપે છે. ( ૪૫ )

અગ્નિ બધા શત્રુઓનો પરાજય કરી તેમનું ધન અને અગ્ર લાવી અમારી પાસે રાખે. ( ૪૬ )

આ અગ્નિ ધન આપનારો, શત્રુની પાસે પહેચાડનારો અને બધી ઇચ્છાઓ પૂર્ણ કરનારો છે તેથી મનુષ્ય પાપથી બચે છે તેનાથી યજુને નાશ કરે. ચોથ છે અને તેનાથી ધારપાલનાં શસ્ત્રોથી પણ બચાવ થાય ( ૪૭ )

અનુદ્વાદ પ્લવમન્તારમશ્નં સ વો નિર્વેશ્વરિતાદવદ્યાત્ (

આ રોહત 'સવિતુર્નીર્વમેતાં પદમિશ્વર્નામિરમંતિ તરેમ

॥ ૪૮ ॥

અહોરાત્રે એન્વૈયિ વિષ્ણુ-ક્ષેમ્યસ્તિષ્ઠન્ત્રવર્તણાં સુવીરઃ ।

અનાતુરાન્તસુમર્નસસ્તત્પૃષ્ઠિષ્ઠયોગેવ નઃ પુરુષગેન્ધિરેષિ

॥ ૪૯ ॥

તે કેવેષ્પ આ વૃશ્વન્તે પાપ જીગન્તિ સર્વદા ।

ક્રુષ્યોધાનમિરન્તિકાદર્શ શ્વાનુવર્પતે નૃદમ્

॥ ૫૦ ॥

યેડિશ્વદા ધનકામ્યાઃ ક્રુષ્યાદા સમાસતે । તે વા અન્વેષાં કુમ્ભીં પર્યાદધતિ સર્વદા

॥ ૫૧ ॥

ગ્રેવં વિપતિપતિ મનસા મુદુરા વર્તતે પુનઃ । ક્રુષ્યોધાનમિરન્તિકાદનુરિદ્વાન્વિતાર્વતિ

॥ ૫૨ ॥

અર્થ—(અનુદ્વાદ પ્લવમન્તારમશ્નં) જગત્ન હોડીએ તેપર કરે (સ વો) જવદ્યાત્ હુરિતાત્ નિઃ  
પક્ષત્ ) તે તમને નિઃ પાપથી બચાવે (અર્થ) દર્શનાં સાચવતુ માય મારોહત ) આ સવિતાની નેત્રા ઉપર ચડે (પદમિ-  
શ્વર્નામિ) અમંતિ તરેમ ) હ મોટી વિશાળ હોડીઆ પડે દુષ્ટભુદિ સત્તા અપથી પાર ચક્રશ્ચ [ ૪૮ ]

૬ (અહો રાત્રે ક્ષેમ્ય સ્તિષ્ઠન્ત્રવર્તણઃ) સ્વિંસ ગૌન સ્પર્શ આપી દુર્બળી પાર કરનારે (સુવીરઃ) વિષ્ણુ તિષ્ઠન્  
અ વોયે ) ઉત્તમ વીર થી યુક્ત ધન વગેરે થ રજ કરનારે પોતે સિયર થમ અનુકૂળ ગટે છે હે (તત્પ) પશુમ । હે  
પયસી । ૬ (સુમતસઃ અનાતુરોન્નં ચિરં) ઉત્તમ અત્યાગી નિરોધી અનુભવેને ધારણ કરે છે, એવા ૬ (ત્યોક દવ  
પુરુષપાદિઃ નઃ દર્શિ) હ મેઠા અનુભવના સુરૂપથી યુક્ત થક અભાગી પાસે રહે [ ૪૯ ]

(તે કેવેષ્પ આ વૃશ્વન્તે) એ રેવે થી પોતે પોતાનું ગિપ્પા પાડે છે તે (અન્વેષાં) પાપ જીગન્તિ ) હ મેઠા  
પાપતુ જનન બનીત કરે છે (ચાન્ ક્રુષ્યાદર્શ) ક્રુષ્યાદર્શ ક્રુષ્યવર્પતે ) એપણે માસભક્ષક અમિ નજાંધી નાક કરે  
છે (શ્વાઃ) જવ નક ) એમ પોડે પાસનો નાક કરે છે [ ૫૦ ]

(યે ક્રુષ્યાદર્શ ધનકામ્યાઃ) એ અહાદીન થક ધનલેલી છે, (ક્રુષ્યાદર્શ સમાસતે) માસભક્ષક માટે ભેગા  
બેસે છે, (તે વા અન્વેષાં) કુમ્ભીં સમદા પર્યાદધતિ તે નિશ્ચયથી બીજાની હડી ઉપર હમેશા અન રાખે છે [ ૫૧ ]

(મનસા પ્રાવપતિપતિ) તે માનસે જ અન્યથી પ્રતાપ કરે છે, (પુન મુદુરા વર્તતે) અને ફરી પાછા  
આવવા કરે છે (ચાન્ વિદ્વાન્ ક્રુષ્યાત્ અમિ) અમિતકાત્ અનુ ચિતાવાતે ) એને નળીને માસભક્ષક અમિ પાસે  
જવ પાછળ પડે છે [ ૫૨ ]

હાપાપાપ—જગત્ન હોડી તેપર કરે અને તે પડે અયાનક બલાસયેને બોળાથી બળે આ નેત્રા ઉપર ચડે એવી હ  
નેત્રાબોળી સદાપાપથી દુમતિ યાત્રુને પર જમ કરીશું (એકલે ચક્ષુષી હોડીથી મુકુ હા કરીશું) [ ૪૮ ]

પર-પરમા પશુમ હોય છે, તેના ઉપર બધા સુએ છે તેથી મુખ પ્રાપ્ત થાય છે તેના ઉપર વીર પુરોહિત પાસે થાય  
છે હમેશા એવા પલનો ઉપર હલમ વિજાન પ્રસારી આજુએ સુએને બાનદ આપ કરવા (અક્ષર વિશ્વાભાષક પશુમ બધા  
પરમા હોય ) [ ૪૯ ]

એ પોતે પોતાને રેવેથી યુક્ત પાડે છે તેથી પાપમાય મા પ્રજાત થાય છે અને તેમના એવા નાશ થાય છે હ એમ પોડે  
બેનરને નારા કરે છે [ ૫૦ ]

એ અહાદીન અને ધનલેલી હોય છે, તે હમેશા બીજાએ તેપર કરેલી રીસા ઉપર પોતાની દષ્ટિ રાખે છે, તે દુર્વર્તિને  
પ્રસ થાય છે અને તે સંપ્રદાહ અમિના કારક થાય છે એટલે અર્થ પુ થાય છે [ ૫૧ ]

એમની પડે હ મેટા શબ્દભક્ષક અમિ રહે છે, એટલે એમના ચર્ચા નર નારા થાય થાય છે, તે વાવાવા દુ ખી બધી  
અને અબીન થય છે પ્રસાન કરી તેમણે પોતાને બચાવ કરેલા એ તેમને ખાટે થાય છે [ ૫૨ ]

અર્થઃ કૃષ્ણા માંગધેયં પશુનાં સીસં ઋણ્યાદર્પિ ચન્દ્રં તં આહુઃ ।

માર્વાઃ પિષ્ટા માંગધેયં તે હૃલ્યમેરણ્યાન્યા ગદ્ધરં સચસ્વ ।

॥ ૫૩ ॥

દ્વીર્વાકાં જરતીમિષ્ટા તિલ્પિણું દળ્દનં નૃદમ્ ।

તમિન્દ્રં કુષ્મં કૃત્વા યમસ્પામિ નિરાદધૌ

॥ ૫૪ ॥

પ્રત્યસ્ત્રમકં પ્રત્યર્પયિત્વા પ્રવિદ્વાન્પન્થ્યાં ચિ દ્વાવિવેચં ।

પરામીપામર્દન્દિદેશં દ્વીર્ધેનાયુષા સમિમાન્સૃજામિ

॥ ૫૫ ॥

અર્થ— હે । કલ્યાણ ) મંસબદ્ધા અગ્ને । ( પશુનાં કૃષ્ણા અર્ધિ તે માંગધેયં ) પશુઓમાં કાણું પેટું તારું ભાગ્ય છે, તેમજ ( સીસં ચન્દ્રં અર્ધિ તે આહુ ) સીસું અને લોખંડ પશુ તારું જ કહે છે. ( પિષ્ટા માર્વાઃ તે હૃલ્યં માંગધેયં ) હલેલા આદિ તારો હૃલ્ય ભાગ છે, તેથી તું ( અપવાન્યા ગદ્ધરં સચસ્વ ) જ અસલા ધનધાર ભાગમાં રહે. [ ૫૩ ]

હે ૫૪ । ( જરતીં દ્વીર્વાકાં ) અનિષ્ઠ્યું મુંજને ( તત્તલ વિજ્ઞ દળ્દનં નૃદ દૃષ્ટા ) તમનો દગડો, સમિધા અને ધાસની આહુતિ આપી એટલે ( ત વૃક્ષ કૃત્વા ) તેમનું ઇષદ બનાવી ( યમસ્ય મર્દિ નિરાદધૌ ) યમના યજ્ઞનું આધાન કરે. [ ૫૪ ]

( પ્રત્યસ્ત્રમકં પ્રત્યર્પયિત્વા ) અરત પામનાર સૂરજને સત્કાર સમર્પણ કરી ( પન્થ્યાં પ્રવિદ્વાન્ હિ ચિ મા-વિવેચા ) સન્માન જન્યનારા ધર્મમાર્ગમાં વિશેષ રીતે પ્રવેશી એ ( અવોષાં અસુર પરાવિદેવા ) આ મૃતોના પ્રભોને પરમજાતિને પહેચાડે છે અને ( પ્રમાન્સૃજામિ ) સંસૃજામિ. હું આ જ્વિતોને દીર્ઘજીવનથી સંયુક્ત કરું છું [ ૫૫ ]

ભાષાર્થ— જોવા આદરું હૃલ્ય બનાવી તેનું હવન અગ્નિમાં કરવું, કાળી ઘેટીનું કૃષ અથવા ધી તેમાં હવન કરવું આ પ્રકારે શવદાહ અગ્નિ મનુષ્યસ્થાનથી દૂર જઈશમાં પ્રજ્વલીત કરવે, એટલે પ્રેતનું હવન ચામડી દૂર કરવું. ( ૫૩ )

આ શવદાહ અગ્નિમાં ઇષ્ટઈષિકા, તલનો દગડો, સમિધા અને કાઠા સ્થાપવા બારી આહુતિઓ આપવામાં આવે આ સાધનો પ્રતે આ સમયના અગ્નિનું આધાન કરવું. ( ૫૪ )

સન્માર્થથી જનારા મનુષ્ય અસ્તંજલ સૂરજની અર્ધના કરી પોતે પોતાને ધર્મ માટે યોગ્ય અને પવિત્ર બનાવી શકે છે. મૃતોને પરમજાતિ વરદ હવન વડે પ્રેરિત કરી જ્વિત મનુષ્યને તે જ હવનથી દીર્ઘાયુ કરવું યોગ્ય છે. ( ૫૫ )

### યદ્ગમશેઝને દૂર કરવો

આ સક્રતમાં મુખ્ય વિષય યદ્ગમશેઝને દૂર કરવાને છે આ રોગને દૂર કરવા મુખ્યતઃ પરમેશ્વરની પ્રાર્થના કરવાનો ઉપદેશ આપ્યો છે. હમ્મર પ્રાર્થનામાં થયું મોટું બળ હોય છે, જેઓ પોતાનું મન એકાગ્ર કરી અર્ચના કરે છે અને પોતાનું હૃલ્ય હમ્મર સામે યુક્ત કરે છે, અનન્ય ભાવે હમ્મરને આત્મનિવેદન કરે છે તેમને જ આ બળનો બળુકાવ થઈ શકે છે. તેથી કોઇ વાયકે આ બળથી વર્ણિત ન રહેલું એટલું જ અહીં કહેલું છે.

### નીચેના માર્ગો

પહેલાં મ ત્રણ કહેલું એવું છે કે— જેમ બાણ દર ચાલ્યો

બળ છે, તેમ રોગો નીચેના માર્ગો જઈ દૂર ચાલ્યા જાય, એટલે મનુષ્યની પાસે ન રહે નીચેના માર્ગો ( અઘરાદાહ ) જવાનું તાર્કિક એ છે કે બધા રોગમીને દૂર કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય નીચેના માર્ગો પુરો રાખવો એ છે મૃતમાર્ગ, પૂરિષમાર્ગ ( સૌમ્ય ચવાનો માર્ગ ), પરસેવાનો માર્ગ ( એટલે સંપૂર્ણ રૂંવાટાના છીંદોનો માર્ગ ), નાકનો માર્ગ ( જેમાથી શ્લેષ્મા વડે મગ દૂર થાય છે ) આ બધા માર્ગો પરમેશ્વર નિર્મિત છે, સ્તરીરૂપો મ દિરની આ બધી મોરીઓ છે, જેમથી મગ બહાર જાય છે આ માર્ગો પોતપોતાનું કાર્ય સારી પેઠે કરી રહ્યા છે કે નહિ તે વાચકો વિચારપૂર્વક જુવે. જો તે કરી રહ્યા છે તો થયું સાચું છે; પરંતુ જો તે

સારી રીતે કામ ન કરતા હોય તો તેમને દીર્ઘ કાલ કરવા પ્રેરણ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે, નહિ તો મૃત્યુનો ભેટો થશે.

### પ્રાપચર્ય અને દુષ્ટ વિચાર

ખીજા મંત્રમાં 'અગ્રશસ્ત્ર' અને 'હુગ્રશસ્ત્ર' એટલે માપાચર્ય કરનારા અને દુષ્ટવિચાર કરનારા આ બે પ્રાણી બારણે પહોંચાડનાર છે, એમ સ્પષ્ટ સૂચિત થયું છે તેથી માણસે પાપથી અને દુષ્ટવિચારથી બચાને રહેવું જોઈએ. દુષ્ટવિચાર અને માપાચર્ય આ પરસ્પર સાથી છે. પહેલાં મનમાં દુષ્ટવિચાર આવે છે અને પછી પાપનું આચરણ થાય છે. તેથી માણસે પ્રજ્ઞા સાધવાની રાખી તેમનાથી બચીને રહેવું જોઈએ.

માણસ જે પતિત થાય છે તે 'કૃતિ અને અનુકૃતિ' વડે થાય છે. મનુષ્ય પ્રથમ ખીજાના દુષ્ટવિચારો સાંભળે છે અને તે વિચારોની અનુકૃતિ (અનુકરણ) કરે છે. પહેલાં કેવળ અનુકરણ કરવાની ઇચ્છા થાય છે, પરંતુ અનુકરણ કરતાં કરતાં પછી તેવાજ વિચારો કરવા લાગે છે તેમજ પહેલાં પાપનું આચરણ જુએ છે અને પછી તેનું જ કરવા લાગે છે. એમાં પહેલાં કેવળ અનુકરણની ઇચ્છા પ્રભાવ રહે છે પણ પછી ટેવાઈ જાય થી તેજ સ્વભાવ બને છે. માટે અનુકરણ કરવામાં પણ ધૃષ્ટી સાવધાનતા રાખવી જોઈએ.

સત્યરૂપેના સારા આચાર, વિચાર ઉચ્ચારની અનુકૃતિ અને કૃતિ કરવી યોગ્ય છે, તેથી મનુષ્યની ઉન્નતિ થાય છે. માણસ સારી વાતોનું અનુકરણ કરતો નથી પરંતુ માણસને ખરાબ બાબતોનું અનુકરણ કરવું બને છે. માટે વેદ યોગવણી આપી છે કે જુએ. 'જિવુ ખરાબ બાબતોનું અનુકરણ કરશે તો મૃત્યુની ભીતિ છે સત્યધાન રહે' 'જે મનુષ્ય આ વિશે સાવધાન રહેશે તો મૃત્યુનું ભય દૂર થશે.

### કલુસાધ, દારિદ્ર્ય અને મૃત્યુ

મૃત્યુ, દરિદ્રતા અને કલુસાધ દર કરવાની સૂચના ત્રીજા મંત્રમાં છે. કલુસાધથી દરિદ્રતા આવે છે, દરિદ્રતાથી મૃત્યુનું ભય હોય છે, આ એક ખીજાના સાધક છે. ઉદાહરણ, સંપત્તિ અને અખડ જીવન આ માણસે પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ. આજ અખડ જીવન અમરપણું છે, જે બધાએ પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ.

'જે કાષ્ઠ ઠંડાવે ત્યાં ગરબો લખાવે' બધાના 'બક્ષકર્તા' પ્રેમદાદક અગ્નિ પહેલી બાપ તો! એટલે જે કાષ્ઠ કુટુંબમાં મૃત્યુ થાય તો સ્વાધીતે તે મૃત્યુને સત્ પ્રકારે દૂર કરવો, આ યોગ્ય મનનો ઉપદેશ છે. આ ઠંડાવે 'માવાગ્ય' વિધિનો ઉદ્દેશ્ય છે. અદ્યો રસ પી સાથે મેળવવાથી આપાત્મ્ય મને છે. આવાના આમને દિવસે અડધ પાણીમાં ભોળી રાખવા, તેમાં પાણી પુરતું નોખવું નહીં ચાર કલાક બીજે દિવસે તેને ઉઠાળી તેમનું પાણી લઇ તે ધીમાં, ત્રીજા નાખી સેવન કરવું, આ બીજાદિક કરનાર હોય છે તેમાં ખીજી વસ્તુઓ પણ નાખી કાઢાય છે. આ છે 'માપાત્મ્ય' એવ 'આ સેવન કરવાથી કુખળો માણસ પણ બળવાન બની જાય. તેની સંપૂર્ણ વિધિ કાષ્ઠ સારા વૈદ્ય પાસેથી જોણી કદાચ જોઈએ, આ એક એવો વિષય છે કે જેથી અનેક માણસોને લાભ થઇ શકે છે. આ પીછું પણ સરળ, મધુર અને ધાર્મિક હોય છે. જાની વૈદ્યોએ તેની વધારે શોધ કરી, નિર્ણય કરી તે જાહેર કરવો.

ધરમાં કાષ્ઠ માણસનો મૃત્યુ થવા પછી ધરમાં કુરખના કારણે હવન બંદ રહે છે, પરંતુ યત્ન મિતે યાત કરી હવનાગ્નિ જલાવવી જોઈએ. કારણ કે આજ હવનાગ્નિ આરોગ્યવધક છે, આ પાંચમા મંત્રનો ઉપદેશ છે. એટલે આનામાં આપાત્મ્ય મળે અને હવન માટે અગ્નિ પ્રદીપ રહે તો મૃત્યુ દૂર થઇ શકે છે.

જહા મંત્રમાં સો વર્ષના દીર્ઘજીવન માટે હવનાગ્નિ ધરમાં સ્થાપિત કરવાનું ચિહાન છે, તે પ્રયેક મૃત્યુક્રમ જાણે જોવા જેવું છે.

### પિતૃધર્મ

કેાઇના ધરમાં મૃત્યુ થાય તો તે પ્રિતનો દહન સરાર (પિતૃયજ્ઞાય દુર દરારમિ) એટલે પિતૃયજ્ઞ કરવા માટે દર રથાન નક્કી કરવું જોઈએ. ધરના અથવા ગામના માનવાની વસ્તીની પાસે પ્રેતદહન સંસ્કરન કરવો જોઈએ. કારણ કે પ્રેતદહનથી જે દુર્ગંધક્રમ વિષમય વાયુ બહાર પ્રસરે છે, તે જીવિત મનુષ્યોમાં અનેક રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. માટે સાતમા અને આઠમા મંત્રમાં પ્રેતદહન વસ્તીમાં દર જાહેર કરવું જોઈએ. આદેશ આપેલો છે.

જે પ્રેતદહન કરે છે તે અગ્નિનું વેદિક નામ છે 'કલ્યાદ' એટલે પ્રાસ આનારો અગ્નિ બીજો અગ્નિ છે 'જાતવેદા'.

આ ધરમાં પ્રદીપત રહે છે, ઈના દવન સાથે વેદારંભસંસ્કાર કરાય છે, આ અગ્નિ દવનની વસ્તુઓ બધા દેવતાઓને પહોંચાડે છે અને દવન કરનારને આરોગ્ય આપે છે. બધા દોષો દૂર કરી બધાને આનંદ આપનારો આ અગ્નિ છે. જે પ્રેતદાહક અગ્નિ છે તે મરેલાને યમરાજના તાનામાં સોંપે છે અને દવનાગ્નિ દેવતાઓ ભેડે સંબંધ નેહી દે છે. આ પ્રકારે આ બંને અગ્નિના કાર્યો છે. વાચકોએ તેનો વિચાર કરવો અને આરોગ્ય સંપત્તિ વડે તેનો લાભ લેવો.

આ બંને વાત નવમા મંત્રમાં કહી છે. પ્રેતદાહક અગ્નિ અને ગાહપત્ય અગ્નિ એવા બે અગ્નિ છે. તેમનું ખેય જુદું છે. પ્રેતદાહક અગ્નિ પ્રેતને બાળી મરેલાને પિતરોના રથાનમાં પહોંચાડે છે અને બીજો જે ગાહપત્ય અગ્નિ છે, તે અહીંના નિવાસીઓને આરોગ્ય આપે છે. માટે પ્રેતદાહક અગ્નિનું કાર્ય સતત ચાલતું રહેવું ન જોઈએ. દેવનાગ્નિ મનુષ્યના ધરમાં દરરોજ પ્રદીપત થવો જોઈએ. નવમા મંત્રનો પણ એજ ભાવ છે.

આ આશયને હસમા મંત્રમાં પ્રકટ કરતાં કહ્યું છે કે પ્રેતદાહક અગ્નિ ફરી ફરી અહીં ન આવે, તે પિતૃમોકમાં પ્રદીપત થતો રહે. મનુષ્યના રથાનમાં તો આજે જ્ઞાતવેદ અગ્નિ પ્રદીપત થવો જોઈએ. જ્ઞાતવેદ અગ્નિનો માર્ગ દેવધાન છે અને પ્રેતદાહક અગ્નિનો માર્ગ પિતૃધાન છે.

### હવન-અગ્નિ

અગ્નિમારમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે શુદ્ધ, પવિત્ર અને નિર્મળ થયુ આ હવનાગ્નિને લેખી પ્રદીપ કરે છે. આ હવનથી બધા દોષો દૂર થઈ જાય છે અને આ હવનાગ્નિ બધા પ્રકારની પવિત્રતા કરે છે, લોકોને આરોગ્ય આપે છે અને દીર્ઘાયુ કરે છે. વૈદિકધર્મોના ધરનો આ અગ્નિ એક મહત્વનું રથાન ધરાવે છે, તેને કેન્દ્રમાં રાખી વૈદિકધર્મોના બધા સંસ્કાર થાય છે.

બારમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે આ હવનાગ્નિ ( યનસઃ મુલ્યમાનઃ ) પાપથી છોડાવે છે, દોષોને દૂર કરે છે, ( અશ્વઃસ્થાઃ ઇમોક્ત્ ) અપ્રચરત અવરથાને હટાવે છે અને બધા પ્રકારની ( આરુહ્ય ) ઉભતિ કરે છે. તેમમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે આજે અગ્નિમાં અમે ( અક્ષિન્ઃ ઇન્દ્રો વિપાળિ મૃગમદે ) સંપૂર્ણ દોષોનું હવન કરીએ છીએ, એટલે અમારા સંપૂર્ણ દોષ આ અગ્નિમાં હવન સાધીને

હવન કરવાથી દૂર નાસી જશે અને અમે ( શુદ્ધાઃ પૂતા ) બહારથી શુદ્ધ અને અંદરથી પવિત્ર બનીશું એનો પરિણામ ( પ્રજઃ માર્યુર્વિ તારિષ્યત્ ) અમારા આયુની વૃદ્ધિ થશે, કારણ કે દોષ રહેવાથી જ સીધું મૃત્યુ થાય છે અને પવિત્રતા યવાથી જ મૃત્યુ દૂર થાય છે.

ચૌદમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે હવનાગ્નિ યદ્મખીજોને દરમાં દૂર લઈ જાય છે, એટલે હવનકર્તાના ધરમાં રોગખીજો રહેતા નથી, તેથી તેને નિરોગિતા અને દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત થાય છે. આ પ્રકારે ધૌમ્ય, ગાય, બાળકો, બકરાં-ચેટાં વગેરેમાં જે રોગખીજો અને મૃત્યુનું ભય રહે છે તે નહીં આ હવનાગ્નિ વડે દૂર કરી શકાય છે. આ આશય પંદર અને સોળમા મંત્રમાં છે.

સત્તરમા મંત્રમાં ફરી તેજ વિષય બીજી રીતે આપ્યો છે. જે અગ્નિમાં ( ઘૃતસ્તાપઃ સૂપ્તવા ) થીની શુદ્ધિકારક આહુતિઓ નંખાય છે, તે હવનાગ્નિની મદદથી ( રુદ્ર ) ઉભતિ પ્રાપ્ત કરવી સંભવનીય છે આદ્યમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે જ્યાં એવું હવન થાય છે, તે જ સ્વર્ગમોક છે. મનુષ્ય હવનથી જ આ બ્રહ્મને સ્વર્ગપ્રાપ્ત બનાવી શકે છે.

### સૂર્યપ્રકાશનું મહત્વ

આરોગ્યની દૃષ્ટિએ સૂર્યપ્રકાશનું અત્યંત મહત્વ છે. સૂર્ય પ્રકાશથી જ સંપૂર્ણ આરોગ્યની પ્રાપ્તિ થાય છે. માટે વેદમાં ( જ્યોત્સ્વ સૂર્યઃ હૃદયે ) નિરંતર સૂર્યનું દર્શન થતું રહે, એવી પ્રાર્થના આવે છે. સૂર્યનું દર્શન કરવું એ મનુષ્ય માટે આસ્વાદ્યક રથાન છે. પ્રત્યક્ષ સૂર્યદર્શન કરવાથી આખા રોગો દૂર થાય છે, યુક્તિથી સૂર્યદર્શનને અભ્યાસ વધારવાથી અરમા પહેરવાનું કારણ રહેતું નથી. સંપૂર્ણ શરીરને સુવર્ણપરથાનથી એટલે આપું શરીર સૂર્યના કિરણોમાં તથાવવાથી સંપૂર્ણ શરીરનું તેજ વધી જાય છે, આરોગ્ય વધે છે અને રક્તસંચાર વધારોગ્ય થઈ શ્લેષ્મા રોગો દૂર થાય છે. સૂર્યનો પ્રકાશ જ આરોગ્ય આપનારો છે.

### શુદ્ધિનો ઉપાય

મંત્ર ૧૯ અને ૨૦ માં કેટલાક શુદ્ધિના ઉપાય બતાવ્યા છે. પણ ( શુદ્ધાઃ યજ્ઞિયાઃ અવત ) શુદ્ધ અને પવિત્ર બનો એટલા સંકેતથી આ મંત્રો શુદ્ધિનાં બાળનમાં ઉપદેશ આપે છે એવું લાગે છે, પણ આ મંત્રોમાં શુદ્ધિના જે સાધનો વર્ણવ્યાં છે તે ક્યાં છે અને તેમનો ઉપયોગ કેવો કરવો જોઈએ આ વાત ધર્મશાસ્ત્ર વિચાર કર્યા છતાં હજી સુધી અમારી

સમગ્રમાં આવી નથી. આ મત્રોમાં જે શુદ્ધિના સાધનો કહ્યા છે તે ( સંજ્ઞ ) સોષ, ( સજ ) નસ, ( સંકલુક ) દવનીય અભિ, ( રામાઃ સચિવની યતી ) કાળી ઘેટી, ( ડવવર્ણ ) ઓશોધી આ છે. એમાં દવનામિ-થી શુદ્ધતા યતનું થોડું જ્ઞાન અમને મળે છે, પણ બીજા સાધનો વિશે અમને હજી સુધી કંઈ ખબર પડી નથી. જે વાચકો શોધખોળનું કામ કરતા હશે તેઓએ આ વિષયની શોધ અવશ્ય કરવી અને મળેલી માહિતી પ્રગટ કરવી. મનુષ્યો નિરોગી અને દીર્ઘાણવી થાય એ માટે આ શુદ્ધિઓની ખાસ આવશ્યકતા છે, તેથી આ વિષયનું ધ્યાન મકરૂ છે. આ ચન્દ્રોના એવાજ અર્થ છે કે બીજા કંઈ છે, તેની પણ શોધ થવી જરૂરી છે.

૧ લયિ= અર્થ ચન્દ્રોનો અર્થ ' કુલિત્રય ' કલ્યા છે. આ ચમુષ્ય એટલે નેત્રોએ દૂર કરનારી વનરખનિ છે, એવું રત્નમાલા નામક વૈદ્યક ગ્રંથમાં કહ્યું છે.

૨ નજ્ઞ= નસ, દેવનસ આ એક પ્રકારનું મોડું પાસ છે. એના ગુણ વૈદ્યકગ્રંથમાં એવા કહ્યા છે- ( લચિકરઃ ) મોઢાનો સ્વાદ વધારનાર, ( મધુરઃ ) મીઠો, ( રક્તવિત્ત્ત્વઃ ) રક્ત શોષ દૂર કરનારો, ( લીપન્ઃ ) ભૂખ પ્રદીપ્ત કરનારો, ( યલ્લઃ ) શક્તિ આપનારો, ( પૂષ્કઃ ) વીંધ વધારનારો, ( વીર્યાધિકઃ ) વીર્ય અધિક કરનારો. ( ભુઓ રાજનિષકુ વ૦ ૮ )

૩ સ્વીસા= સીસ, સીશું, શીષા, સીષક. એના ગુણો ( મેહનાશનં ) મેહરોગનો નાશ કરનારો, ( નાગ-ચત્તુષ્પલ્લવલં દધાતિ ) એ હાથીઓ જેટલી શક્તિ આપનારો, ( વ્યાધિ નાશયતિ ) રોગો દૂર કરે છે, ( જીવિત્ત્વ માતનોતિ ) દીર્ઘાણવી બનાવે છે, ( ઘર્ષિ પ્રદીવયતિ ) ભૂખને પ્રદીપ્ત કરે છે, ( કામવલં કરોતિ ) કામનું બળ કરે છે, ( સ્ત્રાયું વ નાશયતિ ) યતુને દૂર કરે છે, ( વેદનાદરઃ ) પીડા કરે છે, ( રક્તરોધક ) રક્તસાધ બંધ કરે છે. કષ્ઠ, ગુદમ, પાણુ, પ્રમેહ, અમિમાઘ, સ્તન, ભગદર વગેરે રોગોને દૂર કરે છે. (ભાવ. પૃ. ૧ જા. ધા. વ. ભુઓ.)

૪ રામા= એક ઔષધિ છે. જેના ગુણ ચન્દ્રનિષકુ વ. ૪. ૧૦, ૧૨ અને ૧૩ માં આપ્યા છે.

૫ અસિક્તી= એક ઔષધિ છે જે આંખો માટે લાભદાયક છે.

૬ ક્ષોર્વ ( ક્ષીર્વેક્તિ ) = અગુરુરસ, જેને ખાળવા પાણુ શુદ્ધ થાય છે.

ઉપરના મત્રોમાં આવેલા શુદ્ધિ સાધનોના આવૈદ્યકસીમા અર્થ છે. તેમનો ઉપયોગ કેમ કરવો અને તેથી શુદ્ધિ કેવી રીતે કરવી બોધ્યો તેનો નિશ્ચય સુવિધ વૈદ્ય કરી શકે છે, આ કામ અજાણતાઓનું નથી, આ શોધખોળનો વિષય છે. શોધ કરનારાઓએ શોધ કરવી

એકવીસમા મંત્રમાં પ્રાર્થના છે કે આ પ્રકારે યતુ દૂર થાય અને આપણા ધરના બાળકો હૃદયુષ્ઠ, આનંદી અને ઉત્સાહી બને, એટલે કેમ ન મરે. આ ઉપરેક ( જ્ઞાનમતે ઝટકવતે ) જ્ઞેનારા અને સાંભળનારાઓ માટે ક્યો છે, એટલે જે વિચારી શકે છે અને સાંભળી સમજે છે તેના માટે આ મંત્ર કહ્યું છે, જેઓ જોશે તદિ અથવા સાંભળશે તદિ તેમને કહેવાથી શો લાભ ?

નૃત્ય અને હાસ્ય

આવીસમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે આ જે અમે લોકો બહો જીવિત બીએ, તેમની ચારે તરફ ( જૂતેઃ સાધકુજ્ઞ ) શ્રુત જીવ છે, એટલે તે આ અંતરાત્મા અશ્વ કહે છે. અમારી ચારે તરફ તે આવના હશે, પણ તેમનો સ્થૂલકે નહીં ઘણ જવાધી તેમને અમે જોઈ શકતા નથી. તે તો મરી ગયેલા છે. જે જીવિત છે તેમને ( જૂતયે હસાય ) નાચવા અને હંસવા માટે, એટલે તેમની આનંદ પ્રસન્નતા માટે જ મત્ન કરેલા બોધ્યો.

મનુષ્યના આરોગ્ય માટે નૃત્ય અને હાસ્યની અત્યંત જરૂરી છે. હાસ્યની મનની પ્રસન્નતા રહે છે અને શરીરના અવયવોમાં ઉત્સાહ વધે નાચ એક ધણે સરસ વ્યાયામ છે અને આનંદની સાથે કરી શકાય છે, આરોગ્યે નાચ શીખવો અને તેથી ખૂબી લાભ મેળવેલો. કાષ્ઠમાં નાચને ખરેખર ખાનપાઈ આવે છે પણ નાચ કંઈ ખરાબ નથી, નાચ કરનારાઓમાં કેટલાક લોકો ખરાબ હશે પણ તેથી કંઈ તે કદા ખરાબ થતી નથી, નાચ આરોગ્યવર્ધક હોવાથી ધણે લાભકારી છે.

( સુધીરાસ. વિદ્યર્થ આવદેમ ) અમે ઉત્તમ વીર યજ્ઞો અને શત્રુઓને દૂર કરવાનો જ વિચાર કરીએ. આ પ્રકારે તેઓ જે ક્ષેત્રના શત્રુઓ હશે તેમને દૂર કરવા બોધ્યો. એવા બધા શત્રુ દૂર થઈ જાય તો પૂજ્ય આરોગ્ય, ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય, અત્યુલ આનંદ અને પૂજ્ય સુખ પ્રાપ્ત થશે, બાળ

મનુષ્યનું સાધ્ય છે. તમા સુધી કોઇ સ્થાન ઉપર સત્ત્વ રહેશે ત્યાં સુધી કોઇ પ્રકારનું સુખ પ્રાપ્ત થઇ શકશે નહિ. માટે સત્ત્વ સાથે એવો વર્તણૂક કરવો જોઇએ કે તે દુઃખ થાય અને તેથી અમે સ્વતંત્ર રહીએ. આ જ (મદ્રા વૃંદાવન) કલ્યાણકારક પ્રાર્થના અને કરીએ છીએ, એટલે દરેક મનુષ્યને યોગ્ય છે કે તે કલ્યાણમય પ્રાર્થના કરે અને પોતાનું કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરે.

### મનુષ્યની આધુ મર્યાદા

તેવીસમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે મનુષ્યના ( જીવંદય. પરિધિ ) જીવનની મર્યાદા, જીવોની આધુમર્યાદા. પ્રત્યેક પોતેના ઉત્પત્તિ થનારા પ્રાણીઓની આધુમર્યાદા નિમિત્ત છે. મનુષ્યની આધુમર્યાદા ( જાતે દારદાર ) સૌ વરસની છે. આ નિશ્ચિત મર્યાદા છે એટલે સુનિયમોના પાલનથી આ વધી શકે છે અને અનિયમોનું અવલંબન કરવાથી ઘટી શકે છે. આ મનુષ્યના આધીન છે, મનુષ્ય ધારે તેો યોગાદિ સાધનોના અનુકૂળતાથી પોતાની આધુમર્યાદા વધારી શકે છે, અથવા વ્યક્તિત્વાદિ દ્વારા ઘટાડી શકે છે. આ પ્રકારે જાતે વાતો સંભવનીય છે. માટે જ મંત્રમાં ઉપરોક્ત છે કે ( મૃત્યું સન્તર્દયતા ) મૃત્યુને અંતર્દિત કરો, એટલે મૃત્યુને અવસર આપશો નહિ. તે હુપાધને પડી રહે, તે ઉઠીને કોઇને પોતાના તાબે ન કરી શકે. નમે એવો વ્યવહાર કરો કે જેથી મૃત્યુ દૂર થઇ જાય. --

ચોવીસમા મંત્રમાં કહ્યું છે કે જ્ઞાવસ્થાનો સ્વીકાર કરી દીર્ઘજીવન ( મારોહત આયુઃ ) ધારણ કરો, એટલે અલ્પ જીવનમાં મરતા નહિ, અલ્પાયુષ વગેરે સારા નિયમોનું પાલન કરતા રહી મૃત્યુને દૂર કરો. ( યત્નમાનાઃ યતિ સ્થ ) પોતે દીર્ઘજીવન માટે પ્રયત્ન કરતા સારા નિયમોમાં રહેા, ધર્મનિયમોનું ઉલ્લંઘન કરશો નહિ. તેમ કરશો તો તમને ( જીવનાય સર્વ આયુઃ મયતુ ) દીર્ઘજીવન માટે પૂર્ણ-જીવન સુધી જવાની સંભાવના છે.

અહાં દીર્ઘજીવન કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય છે તેની ચાલો છે. પહેલો નિયમ ' સુજનિમા ' સમ્પદ વડે પ્રકટ થયો છે. સુજનિમાએ ( યુગેનિકસ ) નું યથાચોગ પાલન થવું જોઇએ. જનનશાસ્ત્રના નિયમ ભણી અને તેમનું યથાચોગ પાલન કરી સંતાન ઉત્પન્ન કરવા જોઇએ ભાતાપિતાઓ વૈધિક અભ્યાસરથી પોતાને દૂર રાખે, સુસંતાન નિર્માણ દ્વારા સમ્પદનું યથ

જલિગત કરે, પોતાનું જે કર્તવ્ય છે તે જ મનમાં ધારણ કરે અને સુપ્રમન-જનન કરે. બીજો નિયમ ' સજોવાઃ ' સમ્પદ વડે પ્રકટ થયો છે. પ્રીતિ સાથે, ઉત્સાહ સાથે, જીવનના એક યાવ સાથે અપુરુષાનો સંબંધ હોવો જોઇએ. તેજ પ્રમાણે સમ્પદમાં જધાનો પ્રેમ સંબંધ હોવો જોઇએ, જધાનું જીવન એક હોય અને જધા લોકો ઉત્સાહથી પોતાનું કર્તવ્ય સારી રીતે પાર પાડતા રહે. આ પરસ્પર વ્યવહારનો ઉપરોક્ત છે. ત્રીજો નિયમ ' દયણ ' સમ્પદ વડે બતાવ્યો છે. તપાનો અર્થ- કારીગર, કુશળ કર્મ કરનારો, કર્મમાં કુશળ. જે મનુષ્ય દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે, તે કોઇ કારીગરીમાં નિપુણ હોય. કારણ કે કારીગરીથી મનની તલલીનતા પ્રાપ્ત થાય છે અને તેજ કારણે જાગૃતિક કુખમાંથી મુક્તતા થાય છે અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થાય છે. દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવા માટે માણસે કેવો વર્તણૂક કરવો જોઇએ, તેનો નિર્દેશ આ ત્રણ સમ્પદો વડે અહીં આ મંત્રમાં આપ્યો છે. વાચકો તેનું ઉત્તમ મનન કરે અને યોગ્ય ભોધ પ્રાપ્ત કરી તે પોતાના આચરણમાં લાગવાનો પ્રયત્ન કરે.

પચીસમા મંત્રમાં યથાક્રમ મનુષ્યને મૃત્યુ પ્રાપ્ત થાય એમ કહ્યું છે, એટલે જદા મનુષ્ય પહેલાં મરે પછી બીજા આધુના ક્રમે મરે જદોના પહેલાં તરુણ અથવા બાળક ન મરે, જધા લોકોનું યથાચોગ જનન, પાલન અને પોષણ થતું રહે તેો અકાળ મૃત્યુ દૂર થશે અને યથાક્રમ મૃત્યુ થશે.

### નદીનો પ્રચંદ વેગ

પછીના ( ૨૬ અને ૨૭ મા ) મંત્રોમાં સંસારરૂપી પ્રચંદ વેગવાળી મહાનદીનું ઉત્તમ કાશ્યમય વર્ણન કર્યું છે. આ મંત્રો જધાએ પ્યાનમાં રાખવા જોઇએ. આ પ્રચંદ વેગવાળી નદી જ આપણે જધાએ પાર કરવાની છે. આ ( અદમ્યવર્તી ) પત્થરોવાળી લાખાનક નદી છે. તેમાં ઢેકડેકાણે પત્થર છે, તેથી રસ્તો સારી રીતે ખર્ચી શકતો નથી, ચાલવા જઇએ તો પત્થરની ઢેકડે વાગે છે, ખાડામાં પડવાનો સંભવ છે. આ નદી ( સ્વંદતે, રીયતે ) મોટા પ્રચંદ વેગથી ચાલી રહી છે, આ વેગના કારણે ચાલનારાનો પગ પાર કરતો વેળા સ્થિર રહેતો નથી, અહીં લીપી છે, પથ્થ પાર થયા વગર ચાલશે નહિ, પાર તો થવું જ જોઇએ. તેથી દરેકે પાર થવા માટે તૈયાર થવું જોઇએ.

કેવી રીતે પાર થવું? શું એકલો મનુષ્ય આ નદી પાર કરી



એ છે કે હરી નદિ. આ નદી પાર થતા માટે કહ્યું છે કે ( ઉત્તિષ્ઠતઃ સંરમયં ) ઊઠે, બાક્યો! પોતાની વસ્તુઓ સંગ્રામે, પોતાનું જીવન સંગ્રામે, અસાવધનાથી સંવરનના નાથ થશે, ધ્યાનમાં રાખે, સમય ધણે કહ્યું છે, બધાએ મોટી સાવધાની ધારણ કરી તૈયાર થવું જોઈએ ( ધૌરયચ્ચં, પ્રતરત ) બાક્યો! વીરતા ધારણ કરે, ડરવાથી કાંઈ કાંઈ સિદ્ધ થશે નહિ. બાક્યો! ડરથી તોય મરવાનું છે અને ન ડરથી તોય મરવાનું તો છે જ. પણ સંઘાળી દળીમળી યુક્તિથી ઉપાય કરીશ તો જ પાર થઈ શકશો. અહીં રહી રહ્યા-ફૂટતા રહેશો તેથી કાંઈ લાભ થશે નહિ. રાત્રી-ફૂટવું-ડરવું બધું છોડી દો. ( પ્રતરત ) તરવાનો પ્રયાસ કરે, ખળીને તરવાનો પ્રયત્ન ધણી સાવધાનીથી કરે, તો જ કંઈ બની શકશે, નહિ તો ખીળે કંઈ ઉપાય નથી.

પણ આપણી પાસે અર્થ એવી ઓળેનો બોલે ધણે હોય છે, આ બધી ભાર સાથે શખશો તો નિશ્વસથી વચ્ચેજ કુખી મરશી, આ કામ વગરની વસ્તુઓ પોતાની ખાસે રું કરવા શખી છે ? ( અથ જહીત ચે અસ્તુ હુલેવા અગિવા ) બાક્યો! આમથી જે વસ્તુઓ નાખી છે, વ્યર્થ છે, જેમના કંઈ ઉપયોગ નથી, તે ફેંકી દો, એટલે ભાર નહીંની વચ્ચે સભળી શકાશે નહિ. તેથી આ ખીન જરૂરી વસ્તુઓ તમે અહીં જ છોડી દો. જે વસ્તુઓ એવી છે કે ફેંકી દેવાથી કાંઈ હુકમાન નથી તેવી અહીં જ ફેંકી દો, તેથી તમારી ખાસેનો બોલો એછો થઈ જશે અને તમે મુખેથી પાર થઈ શકશો, માટે ખીન જરૂરી વસ્તુઓનો લોભ છોડી દો.

જે અર્થે ( હસ્તેમ ) નદી પાર કરીશ તો તે સાથે કહે, એક મોટું કોત જે ત્યાં જે જે જરૂરી વસ્તુઓ હશે તે લઈશું. તેની મિત્તા અહીં કરવાની થ જરૂર છે ત્યાં પાર ઉતર્યા પછી ( અનમિયાન્ શિવાન્ સ્વોનાન્ વાજાન્ અમિ ) નિરોગી, શુભ, સુખદાયક બોજ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીશું, પણ આ ખીન જરૂરી પદાર્થોનો ભાર સાથે શખીશ તો સામે કઈ પહોંચવું અશક્ય છે.

અહીં કાવ્યમય ભાષામાં ધણે જ મનોહર ઉપદેશ કર્યો છે. જે એનું મનન કરશે તે ધણે જ બોધ પ્રાપ્ત કરી શકશે. દરેક રચાને કટુમય સમય દર કરવા માટે આ ઉપદેશ અત્યંત ઉપયોગી છે. વાંચકો તેનું મનન કરે અને આવશ્યક બોધ પ્રાપ્ત કરે અને તે પોતાના જીવનમાં પરિવર્તિત કરે.

સો વરસનું પૂર્ણ જીવન

અટ્ટાવીસમા મંત્રમાં ( ગતં હિમાઃ સર્વચીરા મયેમ ) સો વરસ મુખી બધા નાશખત્ત્યા સાથે અને આનંદથી રહો, એમ કહ્યું છે. સો વરસની દીર્ઘ આયુ રહી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકીશું ? અપ્રમુદ્યુત કેમ કરી દૂર કરી કરીશું ? તેનું ઉત્તર એ છે કે ( દુરિતા પદ્મામિ મતિક્રામન્તઃ ) પાપના રચાનેને ઓળંગી નવાથી આ બધું થશે, પાપના રચાનો અનેક છે, તેમની મજુરી થઈ શકતી નથી. પરંતુ જે પાપનું રચાન હશે, ત્યાં જનું નહિ, તેના કાપમાં ભાગ લેવો નહિ અને પાપના રસ્તા ઉપર પત્ત મુકવો નહિ, આ એક જ ઉપાય છે. જેથી નિશ્વસથી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

પાપના રસ્તે ન જવાથી જ ( મુક્ત્યાઃ કૃત્ત્યાઃ વાવકાઃ ) શુદ્ધ, પવિત્ર અને પુત્રીન થવાનો સંભવ છે. શુદ્ધ અને પવિત્ર થવાથી જ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. તેની સાધના માટે ( વર્ણસંચેચ્ચલેર્ધ્વોઽંકરમચ્ચં ) બધા દેવતાઓને પોતાની અંકર ધારણ કરવા જોઈએ, પ્રાર્થના કરવી જોઈએ. બધા દેવતાઓ તો આપણા કારિયા છે જ, તેમને બાધી તેમનું ત્યાગેશ્વર ત્યાગન કરવું જોઈએ બધા દેવતાઓનો નિવાસ વેદ મંત્રમાં પણ છે. તે દેવી વણીને ધારણ કરવાથી મનુષ્ય પવિત્ર અને શુદ્ધ થઈ શકે છે.

જો ઉત્તરની સાધના કરવાની ક્ષમ્બા હોય તો રહ આ મંત્રમાં કહ્યું છે તે મુજબ ( અવરાન્ અતિક્રામન્તઃ ) નીચ માર્ગેનું વ્યાક્રમજન કરવું જોઈએ, કહિ નીચ રસ્તે એક કમળું પણ ન ભરવું. આ મારે ધંજો દહ નિશ્વસ જરૂરી છે. કારણ કે નીચ માર્ગે જવું જાડું ન કહેવું છે ઉચા માર્ગે ચડવું ઘણું પ્રયાસથી સાધ્ય થનારી વાત છે. ( હર્દીચીતેઃ પચિમિઃ ) ઉચ્ચસ્થાનના માર્ગેથી જવું જોઈએ. ત્યારે જ ઉત્તરિયાય છે. ( ક્રાપયા પેરતાઃ ) આજ પ્રકારે પોતાની ઉત્તરિ કરતાં નવિમોઃ ઉચ્ચ ધામમાં પહોંચી શકા છે તેમજ મહાન્ પ્રયત્ન કરી તથા તથા પાર અને સાત સાત વાર તપ ( મિઃ સ્વસ્તુત્વઃ ) કરી પોતાની ઉત્તરિતનું સાધન કરું. આ સાધનાથી ( મૃત્યુઃ પ્રત્યોદન ) તેઓ રહ્યુંને દૂર કરવા સમર્થ થવા. આજ માર્ગે દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનો છે. તેથી વાચક પોતે પોતાને આ માર્ગે સ્થ જાય અને નિશ્વસપૂર્વક ઉત્તરિને પ્રાપ્ત કરે.

( મૃત્યોઃ પદ વોપવન્તઃ ) આપણા માથા ઉપર જે

મૃત્યુનો પગ છે, તેને પેતાના પ્રયત્નો વડે દૂર કરે. તમે પ્રયત્ન કરશો તો આ પગ દૂર થઈ શકે છે, તમે પ્રયત્ન ન કરો તો તે પગની નીચે તમારું માથું દબાઈ જશે તેથી અપમૃત્યુ દૂર કરવા માટે તમારે દરરોજ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ( દ્વાર્ષીયં જામુ પ્રતરં દ્વાનાઃ ) આ સો વરસનું પૂર્ણ જીવન વધુ દીર્ઘ બનાવી ધારણ કરે. પહેલી તમારી સો વરસની આયુ છે, આ તો રાજાસાધિક મર્યાદા છે. તે મૂળ ધનની શક્તિ કરવી તમારા આધીન છે, તમારા પ્રયત્નથી જ આ જીવનરૂપી ધનની શક્તિ થશે. (બાલીનાઃ મૃત્યું સુદતઃ) આસનાદિ યોગસાધન તત્પરતા સાથે કરતા તમે અર્ધા અપમૃત્યુને દૂર કરે. યમનિયમ, આસન, પ્રાણાયામ વગેરે યોગસાધનો કરવાથી શરીરવારણ ઉત્તમ પ્રાપ્ત થાય છે, આન ધારણાથી ઉત્તમ માનસિકરવારણ મળે છે, આ પ્રમારે માનસિક અને શારીરિક રવારણ પ્રાપ્ત થવાથી મનુષ્યની આયુ વધે છે. મનુષ્ય આ રીતે જીવીત રહે તો જ તે ( ચિદ્વધ આલેદ્વમ ) જ્ઞાન વધારવાનો વિચાર કરી શકે છે.

૩૧ મા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ' ઓમો વિધવા ન થાય ' એટલે તેમના પતિ અથવા આધુમાં મરી ન જાય ઓમો સૌભાગ્યથી સુખ થાય અને ( સમ્જ્ઞેન ) આંખમાં કાળજી-અંજન લગાવી, તેમ વગેરે માથામાં લગાવી, પરણી ધારણ કરી સુંદર રહે, આ ધરનાં ભૂષણ છે. આ દેવીઓ છે તેથી તેમની પૂજા ધરે ધરે થતી રહે ઓમો કોષ પશુ ધરમાં ( સન્-સમ્વચઃ ) ન રહતી રહે, તે આનંદમાં પ્રસન્નચિત્ત રહે, તેમજ તે ( સન્-સમીચઃ ) નિરોગી રહે અને ( સુ-રત્નાઃ ) ઉત્તમ રત્નોના આભૂષણો ધારણ કરી પોતાનું સૌંદર્ય વધારતી રહે, એટલે ધરમાં ઓમો ઉદાસ ન રહેતી જોઈએ. એવી ઓમો પતિની સાથે આનંદ પ્રસન્નતા પૂર્વક મૃદરથમનું પાલન કરે.

ધરમાં રહેનારા અર્ધા લોકો હવન કરતા રહે, પ્રતિદિન આનંદ પ્રસન્ન થઈ હવન કરે. આ હવનથી પિતરોને સ્વધા-શક્તિ મળશે અને જીવિત મનુષ્યોને દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત થશે. ( મં. ૩૨ )

૩૩ મા મંત્રમાં એટલ જ કહ્યું છે કે હવનામિ સાથે કોષ દંપત્ય અથવા વિરૂદ્ધ કાવ ન રાખે, અર્ધા લોકો આદર સાથે હવન કરે. ૩૪ થી ૩૬ સુધીના ત્રણ મંત્રમાં કહ્યું છે કે ત્રેતદાહક અમિ એકસરખો જળોત ન રહે, તે માટે પ્રયત્ન

કરવા જોઈએ, એટલે માણસે પોતાના દીર્ઘ જીવન માટે પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. દરેક માણસની કુરબાની કે ( પિત્રમયઃ ) પોતાના પિતરોના માટે, ( દાદ્યમયઃ ) માની રિદ્ધાને માટે અને ( આત્મનં ) પોતાના માટે જે દિનકારક હોય તેજ કરે. તેમનું અદિત કલિન કરે.

પછીના ત્રણ મંત્રમાં પણ તેજ કબ્યાદ અગિની વાત કહી છે. જેમના ધરમાં મૃત્યુ થાય છે, તે ધર ( સ-ચન્દિયાઃ ) અપવિત્ર હોય છે, ( હતવચ્ચઃ ) નિરતેજ અને શીભારદિત્ત બને છે. ખેતી, ગાયો, ધોડાઓ અને ધન વગરનું બને છે. ( દ્રાહ્મઃ મુદ્દાઃ ) તે ધર પીડાયુક્ત થાય છે, તેમાં રહેનારા અર્ધા લોકો કલેશયુક્ત થાય છે, ત્યાં કોષ માણસ આનંદ પ્રસન્ન રહેતો નથી. જ્યાં પુરુષોના મૃત્યુ થાય છે ત્યાં ઓ વિધવા સાથે છે અને તે ધર સુખદાયક રહેતું નથી. તેથી દરેક દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ૩૧ મા મંત્ર આ મંત્રો સાથે વિચારના ભેનાં જીવ્ય છે કે વિધવા ઓમો આંખમાં અંજન કરતી નથી, માથે તેમ ચોપડતી નથી, સારા કપડા પહેરતી નથી, આભૂષણો પહેરતી નથી, તે કાવમ રહતી રહે છે, આસા સારતી રહે છે અને દુઃખના કારણે કુશ અને રોગી પણ થાય છે.

પછી ૪૦ મા મંત્રમાં કહ્યું છે કે જે ( રિમં ) પાપ અને ( શમલં ) શેષ મનુષ્ય કરે છે, જે ( હુષ્કૃતં ) કુકર્મ મનુષ્ય કરે છે, તેની શુદ્ધિ પાણીથી થશે. જલપ્રયોગ શુદ્ધતા કરનારી છે, અર્ધા રોગખીનો જલના પ્રયોગથી દૂર થાય છે; શરીર નિર્મલ થવાથી દીર્ઘજીવી બને છે. ૪૧ મા મંત્રમાં પર્વત શિખર ઉપર ( પર્વતેશ્વર્ય અધિષ્ઠુષ્ટે ) વારતમ્ય કરવાથી ધણા લાભ થાય છે એવું કહ્યું છે પર્વતના શિખર ઉપર હવા શુદ્ધ હોય છે, તેના સેતનથી મનુષ્ય નિરોગી બને છે, આ અનુભવની વાત છે. અહીં ' પર્વત ' ને ' કૃષ્ણ ' કહ્યું છે, અહીં જણાવેલ અર્થ છે જળ વધારનારો. પર્વત શિખર ઉપરનો શુદ્ધ વાયુ જળ વધારનારો હોય છે. વાયુ પ્રાણનું રૂપ ધારણ કરે છે અને મનુષ્યમાં જીવનશક્તિ વધારે છે. અહીં પર્વત ઉપરથી ( નવાઃ સરિતઃ ) નવા પાણીના ઝરણાં નિકળે છે. તેમનું પાણી પણ આરોગ્યવર્ધક હોય છે. વ્યાયામ, શુદ્ધ વાયુ, ઉત્તમ જળ અને પરિશુદ્ધ વાયુમંડળ એટલી બાળતો પર્વત શિખર ઉપર હોય છે, તેથી પર્વત શિખર દીર્ઘજીવન આપનાર હોય છે. વાયુકો પોતાના

પ્રોશ્નમાં એવા ઉત્તમ આરોગ્યસ્થ પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે તે જુએ, ત્યાં જન્મ અને ત્યાંની શુદ્ધ દવાથી અધિકમાં અધિક સામ્ય મેળવે.

મંત્ર ૪૨ અને ૪૩ માં 'શ્વરયજ્ઞ' અગ્નિને દૂર રાખવાનું નિર્દેશ છે. કયાદ અગ્નિને દૂર કરવા તેનો જ અર્થ થતો છે. દૂર કરવા છે. શ્વરયજ્ઞમાં લોકો ધરે ધરે અગ્નિ પ્રવલ્લોન કરી દરન કરે દબે પછીના ત્રણ મંત્રોમાં કુપ્પતા એ કહ્યું છે કે આ દવનથી મનુષ્યને રીર્ષશ્વન પ્રાપ્ત થાય છે, જે અર્થ છે તે પિતૃલોકમાં જન્મ છે અને જે શ્વિત છે તેમને કલ્યાણ, ધન, યજ્ઞ અને રીર્ષશ્વન પ્રાપ્ત થાય છે, બધાં શત્રુઓ દૂર થઈ જાય અને જનતાને સુખ અને શાંતિ મળે.

૪૪ થી ૪૬ સુધીના મંત્રોમાં કહ્યું છે કે શ્વરયજ્ઞમાંથી એ પોતાનાં ધરમાં દવનમાં પ્રગટાવશે આ અગ્નિ તેમને શુભ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી આપશે. શ્વરયજ્ઞમાંથી એ યજ્ઞરૂપ નૈરાધી પોતાના દુષ્ટો દૂર કરવાં, સુરજના પ્રકાશનો સાક્ષી ઉભાવશે, પોતાનાં વ્યાધિ અને શૈભ્ય દૂર કરવા અને આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી આનંદ સાથે રીર્ષશ્વનનો આનંદ પ્રાપ્ત કરશે.

જે લોકો પાપમાં પોતાનું શ્વન પસાર કરે છે, તે અપ-મૃત્યુનું દુઃખ ભોગવે છે. તેથી માણસે પાપ ન કરવાં, દંમેશા પ્રુવ્યમાંથી ધ્યાન પરાવર્તે. આ આશ્વ ૫૦ માં મંત્રનો છે. ૫૧ માં મંત્રમાં કહ્યું છે કે જે અદાહિન, ધનલોભી, અસમક્ષી લોકો છે અને જે સ્ત્રીઓના માથે ચડી તેમને આપ છે, તો જે અધરા તેમને દુઃખ દે છે, તે દંમેશા પાપી થાય છે, તેમનાં પાપી અગ્નિસ્થિત હોય છે અને તે કારણે તેઓ જન્મજન્મમાં પાપી અગ્નિસ્થિત હોય છે અને તે કારણે તેઓ જન્મજન્મમાં પાપી રહે છે. તેથી જ માણસે પાપથી જાતે રક્ષા કરી દુઃખી રહે છે. તેથી જ માણસે પાપથી જાતે રક્ષા કરી દુઃખી રહે છે. તેથી જ માણસે પાપથી જાતે રક્ષા કરી દુઃખી રહે છે. તેથી જ માણસે પાપથી જાતે રક્ષા કરી દુઃખી રહે છે.

અને મનુષ્યની જાતનો એક માત્ર ઉપાય એજ છે કે પાપથી જાતે રક્ષા કરે, કેવળ પાપથી જાતે રક્ષા કરે, દુઃખથી અને અપમૃત્યુથી જાતે રક્ષા કરે.

એવન મા મંત્રમાં કહ્યું છે કે (કળ્પા અગ્નિઃ) કળી પેટી અથવા કુલથી, (લોસ) સીસું, (ચમ્પ) લેડું, (માયા પિટ્ટા) દળેશ અદ્ધ આ જ્યં બાઅનું સાધન છે. વૈદ્ય લોકોએ આ જ્યંદનો વિચાર કરેલો અને આ વસ્તુ-ઓથી બાજુ જેની રીતે પ્રાપ્ત થાય છે તે નક્કી કરેલું. આ મંત્ર પછી મદરનો અને શીશુઓનો વિષય છે. ૫૨ થી ૫૪ માં મંત્રમાં પશુ (શ્વીકા) ઇપિશ, મુન, (તિલપિજ) તલના ડીયા, નાં વગેરે સજ્જે વડે કંઈક મદરનો પ્રયોગ કર્યો છે. તે પશુ શીશુઓ કરવા જેવા છે, તે વિચાર સ્પષ્ટ વૈદ્યો કરે. આ યજ્ઞશાસ્ત્રનો વિચાર છે અને આરોગ્યનો તેની નેડે ધનિક સંબંધ છે, તેથી તેના વિષે સારા વૈદ્યો દ્વારા નિર્ણય અને નિશ્ચિત થઈ જશે.

પંચાવન મા મંત્રમાં કહ્યું છે કે સ્વર્ગદેવ માણસે આદર-પૂર્વક કરેલું. આ તો આરોગ્યનું એક સાધન અપૂર્વતા સાથે મનુષ્યની પાસે આવ્યું છે, મનુષ્ય તેના ઉત્તમ ઉપયોગ કરે અને સામ્ય ઉદાયે જે માણસે મરી શકે છે તે પિતૃલોકના ચારના મુસાદીર જન્મે છે, પણ જે શ્વિત છે તેમણે જાદો રહી એવા કાર્યો કરવા જોઈએ કે જેથી તેમને રીર્ષ આપ પ્રાપ્ત થાય.

આ અગ્રે આ સુક્તમાં કેવળ આર્થનાઓજ છે, પણ તેમાં બધો ભોધપ્રદ ઉપદેશ આપ્યો છે. જે લોકો એવું મનન કરશે અને આવસ્થક જાગૃતો પોતાના આચરણમાં સાવધ, તેઓ બધો સામ્ય પ્રાપ્ત કરશે અને આલોકમાં તમા પરલોકમાં સુખના ભાગીદાર થશે.

## યક્ષમ-ચિકિત્સા

કાંડ ૬, સુકત ૮૫

(અર્થ- અર્થાં । દેવતા- વનસ્પતિ: । )

વરુણો વારયાતા અયં દેવો વનસ્પતિઃ । યક્ષ્મો યો અસ્મિન્નાર્વિદ્યસ્તમુ દેવા અંબીવરન્ ॥ ૧ ॥  
 હન્દ્રસ્ય વર્ચસા વયં મિત્રસ્ય વરુણસ્ય ચ । દેવાનાં સર્વેર્વા વાચા યક્ષ્મં તે વારયામહે ॥ ૨ ॥  
 યથા વૃષ્ટ કુમા આર્પસ્તુસ્તમ્મં વિશ્વાર્થા યતીઃ । યુવાર્તે અમિના યક્ષ્મં વૈશ્વાનરેણ વારયે ॥ ૩ ॥

અર્થ- ( અયં દેવઃ વરુણઃ વનસ્પતિઃ ) આ રિત્ય વરુણ નામની ઔષધિ ( વારયાતે ) રોગનિવારણ કરે છે.  
 ( અસ્મિન્ યઃ યક્ષ્મઃ આવિદ્ય ) આમાં જે રોગ ધુસેલો છે, ( તે ડ દેવાઃ અંબીવરન્ ) તેનું દેવોએ નિવારણ કર્યું. [ ૧ ]

હન્દ્ર, મિત્ર, વરુણ એમના વચનથી તેમજ ( સર્વેર્વા દેવાનાં વાચા ) બધા દેવાની વાણીથી, ( તે યક્ષ્મં વાર-  
 ચામહે ) તારો યક્ષ્મરોગ દૂર કરીએ છીએ. [ ૨ ]

( યથા વૃષ્ટઃ ) જેમ જન ( વિશ્વઘ્વા યતીઃ આપઃ તત્તમ્મ ) આરે તરફ વહેનારા પાણીના પ્રવાહોને રોકી રાખે  
 છે, ( યુવાર્ ) તેમ પ્રકારે ( તે યક્ષ્મં ) તારા રોગને ( વૈશ્વાનરેણ અમિના વારયે ) વૈશ્વાનર અમિ વડે નિવારણ કરીએ  
 છીએ. [ ૩ ]

ભાષાર્થ- વરુણવૃક્ષનો ઉપયોગ કરવાથી વરુણરોગ દૂર થાય છે. ( ૧-૩ )

## વરુણ વૃક્ષ

વેદમાં જેનું નામ ' વરુણ ' છે તેમ જૂક્ષને સંસ્કૃત ભાષામાં ' વરુણ ' કહે છે. વરુણવૃક્ષની ઔષધિથી યક્ષ્મરોગ  
 દૂર થાય છે. તેને ગુજરાતીમાં ' ચિલિ ' વૃક્ષ કહે છે તેના ગુણ આ છે—

કટુઃ ડણ્ણઃ રક્તદોષગ્નઃ શિરોવાતહરઃ શ્લિષ્ઠઃ આમેયઃ થિદ્રધિવાતગ્નઃ ॥ ( રા. નિ. વ ૬ )

વરુણઃ પિત્તલો મેદો સ્લેષ્મકૃત્ત્રાક્ષમાદતાન્ ।

નિદ્રાન્તિ ગુહ્મવાતાસ્ત્રકિર્મીઃ સ્ત્રોણાન્નિદીપનમ્ ॥

કપાયો મધુરસ્તિક્તઃ કટુકો વક્ષકો લઘુઃ ॥ ૭૫૦ ॥

આ વરુણ ઔષધિ રક્તદોષ દૂર કરનારી, માથામાંનો વાત દોષ દૂર કરનારી, છે. કટુ, ઉષ્ણ, સિન્ધુ તેમજ  
 અગ્નિય ગુણવુદ્ધ છે. એવેગા, શૂતેદોષ, વાતદોષ, ગુહ્મ, વાતરુગ, કિમિદોષ આ રોગોને દૂર કરે છે.

વરુણ ઔષધિના આ ગુણો છે. તેનું નામ ' આમેય ' હોય આપ્યું છે ત્રીજા મંત્રમાં એમ કહ્યું છે કે—

વૈશ્વાનરેણ-અમિના યક્ષ્મં વારયે । ( મં. ૩ )

અહીં અમિ પદનો અર્થ ' વરુણ ' વૃક્ષ કરવો થોડો છે, એટલે આ મંત્રનો અર્થ ' વરુણ વૃક્ષના પ્રયોગથી  
 યક્ષ્મરોગ દૂર કરે ' એવો કરવો જોઈએ. આ ઔષધિ પ્રયોગનો વિચાર વૈદ્યોએ કરવો જોઈએ.

## 'યક્ષ્મ-નાશન'

કાંડ ૨, 'મુક્ત ૩૩

(ત્રીશ- પ્રકાર- રોગના- ચક્રવર્તિન, ચન્દ્રમા, આયુષ્યમ્ ।)

અધીર્મ્યાં તે નાસિકામ્યાં કર્ણામ્યાં છુલ્લકાદર્ધિ ।	
યક્ષ્મ શીર્ષપર્ષ મસ્તિસ્કાંઝિહ્વાયા વિ વૃદ્ધામિ તે ।	॥ ૧ ॥
ગ્રીવામ્પસ્ત ઊણિહામ્પઃ કીકસામ્યો અનૂપવાત્ ।	
યક્ષ્મ દોષપર્ષ મંસામ્યાં વાહુમ્યાં વિ વૃદ્ધામિ તે	॥ ૨ ॥
હૃદયાત્તે પરિ છોઝો હલીક્ષાત્પાર્શ્વામ્યામ્ ।	
યક્ષ્મ મત્સનામ્યાં છીદ્ધો યત્તસ્તે વિ વૃદ્ધામિ તે	॥ ૩ ॥
આન્તેર્મ્પસ્તે શુદામ્યો ઘનિષ્ઠોઽદરાદર્ધિ । યક્ષ્મ કુલિમ્યાં પ્લાઘેર્નામ્યા વિ વૃદ્ધામિ તે	॥ ૪ ॥
ઊરુમ્યાં તે અગ્રીવઙ્ગાં પાર્શ્વિમ્યાં પ્રપદામ્યામ્ ।	
યક્ષ્મ મત્સઘૃ ઓર્ણિમ્યાં માર્સદું મત્સંતું વિ વૃદ્ધામિ તે	॥ ૫ ॥
અસ્થિમ્પસ્તે મજ્જમ્યઃ સ્નાયુમ્યો ધૃમનિમ્યઃ ।	
યક્ષ્મ પાણિમ્યામ્કુલિમ્યો નલેમ્યો વિ વૃદ્ધામિ તે	॥ ૬ ॥

અર્થ— ( તે અધીર્મ્યાં નાસિકામ્યાં ) તારી આંખોમાંથી અને બે નસોમાંથી, ( કર્ણામ્યાં છુલ્લકાત્ અર્ધિ ) કાનોમાંથી અને દાડીમાંથી, ( તે મસ્તિસ્કાંઝિહ્વાયાઃ ) તારા મસ્તક તેજાં છાતમાંથી ( શીર્ષપર્ષ યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) મસ્તક સળધી શેગને હટાડુ છું [ ૧ ]

( તે ગ્રીવામ્પઃ ઊણિહામ્પઃ ) તારા ગળામાંથી તેજાં શુદાની નાડીમાંથી, ( કીકસામ્ય અનૂપવાત્ ) ગળાના હાડકામાંથી અને પૃથ્વીમાંથી અને ( ત મંસામ્યાં ત વાહુમ્યાં ) તારા ખભાઓથી અને હાથોમાંથી ( દોષપર્ષ યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) શુદાના શેગને હટાડુ છું [ ૨ ]

( ત હૃદયાત્તે છોઝઃ હલીક્ષાત્ ) તારા હૃદયમાંથી, ફેફસામાંથી અને પિત્તાશયમાંથી ( પાર્શ્વામ્યાં પરિ ) બે બાજુમાંથી, ( તે મત્સનામ્યાં ) તારા ગ્રીવાઓથી, ( છીદ્ધો ચક્ષુઃ ) પાંચુમરી અને કવેળમાંથી ( યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) શેગને દૂર કરે છું [ ૩ ]

( તે આન્તેર્મ્પસ્તે શુદામ્યાં ) તારા આંતરડામાંથી અને શુદામાંથી ( ઘનિષ્ઠોઽદરાદર્ધિ ) મળસ્થાન અને પેશાબ ( તે કુલિમ્યાં પ્લાઘેર્નામ્યાં ) તારી બાજુમાંથી, પેટની ફોળડીમાંથી અને કુડીમાંથી ( યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) શેગને હટાડુ છું [ ૪ ]

( તે અગ્રીવઙ્ગાં પાર્શ્વિમ્યાં ) તારી બાજુ અને દીધણીમાંથી ( પ્રપદામ્યાં ) એડીઓ અને પગોમાંથી, ( તે મત્સઘૃ ઓર્ણિમ્યાં ) તારા ઢોલમાંથી ( માર્સદું મત્સંતું ) બ્રહ્મસ્થાનમાંથી, ફેસળધી શુભ ( યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) શેગને હું હટાડુ છું [ ૫ ]

( તે અસ્થિમ્પસ્તે મજ્જમ્યઃ ) તારા હાડકાં અને મજ્જામાંથી, ( સ્નાયુમ્યાં ધૃમનિમ્યઃ ) સ્નાયુઓ અને નાડીઓમાંથી ( તે પાણિમ્યાં કુલિમ્ય નલેમ્યઃ ) તારા હાથ આંગળીઓ અને નખોમાંથી ( યક્ષ્મ વિ વૃદ્ધામિ ) શેગને દૂર કરે છું [ ૬ ]

અર્જુનઃ લોક્તિલોક્તિ યસ્તે પર્વણિપર્વણિ ।

યદ્દર્મ ત્વચ્ચસ્યૃં તે વ્યયં કદયપસ્ય વિવર્દ્ધેણ વિવર્દ્ધં વિ વૃદ્ધામસિ

॥ ૭ ॥

અર્થ— ( યઃ તે ) ને તારા ( અંગે અંગે લોક્તિ લોક્તિ પર્વણિ પર્વણિ ) પ્રતેક અંગ-પ્રત્યંગમાં, વાળ અને સાંધાઓમાં ( તે ત્વચ્ચસ્યૃં વિવર્દ્ધં યદ્દર્મ ) તારી આમલી સંબંધી પ્રસરનાર ક્ષય રોગને ( કદયપસ્ય વિવર્દ્ધેણ ) કદયપના ઉપાયથી ( વ્યયં વિ વૃદ્ધામસિ ) અંગે દૂર કરીએ છીએ. [ ૭ ]

આવાર્થ— આંખ, નાક, કાન, બાહુ વગેરે સ્થૂલ શરીરના શોધ અવયવોમાંથી હૃદય, પ્લીહા, ચક્ર વગેરે આંતરિક અવયવોથી, અસ્થિ, મસ્તિષ્ક વગેરે ધાતુઓથી અથવા ત્યાં ત્યાં રોગ દૂરે ત્યાંથી કદયપની વિચારી અંગે તે બધાજ રોગોને દૂર કરીએ છીએ ( ૧-૭ )

### કદયપ-વિવર્દ્ધેણ

હવે પછીના સૂક્તોમાં અગ્નિ, કદય, જમદગ્નિ અને અમરત્ય નામની રોગદૂરીકરણ વિદ્યા આવનાર છે, તે પ્રકારની જ કદયપ-વિવર્દ્ધેણ નામક વિદ્યાનો ઉલ્લેખ આ સૂક્તમાં આવ્યો છે. શોષ કરનારાઓએ આ વિદ્યા સાથે તે વિદ્યાઓની પણ શોષ કરવી. દાસ તો વિદ્યાઓ અજ્ઞાન જ છે.

## કક્ષયની ચિકિત્સા

કાંડ ૬, સૂક્ત ૧૨૭

॥ ૮ ॥

( ત્રયિઃ— યુગ્મજિત્વા । દેવતાઃ— વનસ્પતિઃ, વક્ત્રનાથનમ્ । )

વિદ્રઘસ્ય પલાસસ્ય લોહિતસ્ય વનસ્પતે । વિસર્વકસ્યોપધે મોહિલપઃ પિશિતં ચન ॥ ૧ ॥

યૌતે પલાસ વિષ્ણુઃ કક્ષે મુષ્કોવર્પશિતૌ । વેદાહં તસ્ય મેપજં ચીપુદુરમિચર્ણમ્ ॥ ૨ ॥

યો અજ્ઞયો યઃ કર્ણો યો અરુપોર્વિસર્વકઃ । વિ વૃદ્ધામો વિસર્વકં વિદ્રઘં હૃદયામયમ્

પરાં તમજ્ઞાતું યદ્દર્મમધુરાશ્ચં સુવામસિ ॥ ૩ ॥

અર્થ— હે ( વનસ્પતે ) ઔષધ ! ( પલાસસ્ય વિદ્રઘસ્ય ) કક્ષમ, ગોડ, ફેણાં, ( લોહિતસ્ય વિસર્વકસ્ય ) લોહી પડતું અને વિસર્વ એટલે આમલીના વિહારતું ( પિશિતં મા ચન ઉચ્છિપઃ ) માંસ જરા પણ શિથલ રહે નહિ. [ ૧ ]

હે ( પલાસ ) કક્ષ રોગ ! ( તે યૌ મુષ્કૌ કક્ષે વર્પશિતૌ ) તારા કારણે જે બે મહા કાંખમાં નિકળી છે, ( તસ્ય મેવજં અહં વેદ ) તેની હવા હું મળું છું. તેનો ( અમિ ચર્ણનં ચીપુદુઃ ) ઇલાજ ચીપુદુ ઔષધિ છે. [ ૨ ]

( યઃ અંગ્યઃ ) જે અંગમાં, ( યઃ કર્ણઃ ) જે કાનોમાં, ( યઃ અરુપઃ ) જે આંખોમાં ( યઃ વિસર્વકઃ ) જે વિસર્પ રોગ છે, ( વિસર્વકં વિદ્રઘં હૃદયામયમ્ ) તે વિસર્પ, ફેણાં અને હૃદયરોગનો ( વિવૃદ્ધામઃ ) નાશ કરીએ છીએ. ( તં અજ્ઞાતં યદ્દર્મ ) તે અજ્ઞાત યદ્દર્મરોગને ( અધરાશ્ચં પરા સુવામસિ ) નીચેની ગુનિથી દૂર કરીએ છીએ. [ ૩ ]

આવાર્થ— ખાસી, કક્ષમ, ગોડ, ફેણાં અને આમલી ઉપર વધનારો વિસર્પ રોગ, ખાસીમાંથી લોહી પડતું અને માંસમાં શોષ ઉત્પન્ન થવો આ બધું ચીપુદુ, નામની ઔષધિથી દૂર થાય છે કોઈ રોગના કારણે ગોડો આવે છે તેનો ઇલાજ પણ ચીપુદુ ઔષધિ છે ( ૧-૨ )

જે અંગમાં, કાનોમાં, આંખોમાં, હૃદયમાં, રક્તમાં અથવા માંસમાં રોગ થાય છે, જે વિસર્પ રોગ છે અને ગોડ તથા ફેણાના રોગ છે, અથવા આ પ્રકારના અજ્ઞાત રોગ છે, તેને આ ઔષધિ વડે અંગે નીચેની ગુનિથી દૂર કરીએ છીએ. ( ૩ )

‘ ચોવુદ્ધ ’ એ એવધિ છે આ નામ કૃત વેદમાં છે અ-ય મ્મોર્મા મળતું નથી. આ યજ્ઞમાં તેનું મહત્ત્વ વર્ણન છે, પણ તે ૨૧૨૨માં આજ સુધી અદ્યત છે તે કારણે આ દિવસમાં વધારે સખતુ અસંભવ છે, આ એવધિની શોધ થતી જોઈએ તેનું બીજું કોઈ નામ આર્ધવેદમાં મોર્મા દોષ તો તેની પણ માહિતી મેળવી જોઈએ

## ક્ષયરોગ—નિવારણ

કંડિ ૬, મૂકત ૨૦

( ભાષા— મુલકિરાઃ । દલ્લા— સ્વમનાચનમ્ )

અપ્રેરિવાસ્ય દર્હત્વ ઇતિ શુભિર્ણ ઉત્તેય મુત્તો ત્રિલપ્તપાયસિ ।

અન્યમસ્મર્દિચ્છતુ કં ચિદગ્રતસ્તપ્તર્વષાય નમો અસ્તુ ત્વકમને ॥ ૧ ॥

નમો છદ્રાપ નમો અસ્તુ ત્વકમને નમો રાઘે વરુણાય ત્વિષીમતે ।

નમો દિવે નમઃ પૃથિવ્યે નમ્ ઓર્વધીશ્વઃ ॥ ૨ ॥

અયં યો અમિશ્ચોચિષ્ણુર્દિશ્વો રૂપાણિ હરિતા કૃણોયિ ।

તસ્મૈ વેદઋણાય મુન્નૈવે નમઃ કૃણોમિ વન્યાય ત્વકમને ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( વહતઃ શુભિર્ણ અસ્ય અગ્ને હય ) આગનારા ભલવાન અગ્નિના તાપ જ્વેરે આ જ્વર ( વલિ ) આપે છે ( કત મત્ત હય ચિલપન્ અપાયસિ ) અને ઉ-મતની જેમ બનાવે આપે જાય છે ( અગ્રત અસ્ય કં ચિત્ત્ હચતુ ) આ અનિયમકાળો મુત્તમને આપનારો તાવ આપનારો કિત કોઈબીના મુત્તમને શોધી લે. ( તપ્ત-અપાય ત્વકમને નમો અસ્તુ ) તપાવને વધ કરનારા આ જ્વરને નમન હો [ ૧ ]

૨૬, ( ત્વકમને ) જ્વર, ( ત્વિષીમતે ) તેજસ્વી રાગ વરુણ ( દિવે પૃથિવ્યે ઓર્વધીશ્વ નમઃ ) ધૃતોઃ, ભૂતોઃ અને એવધિએ એ બધાને નમસ્કાર હો [ ૨ ]

( અયં યઃ અમિશ્ચોચિષ્ણુ ) આ જે શોધ વધાનારો છે, ( યિશ્ચા રૂપાણિ હરિતા કૃણોયિ ) બધા રૂપોને પીળા અને નિરંજન બનાવે છે ( તસ્યે તે મઋણાય મુન્નૈવે ) એવા તને-લાલ, શ્વર અને, વન્યાય ત્વકમને નમઃ કૃણોમિ ) વનમાં ઉત્પન્ન થનાર જ્વરને નમસ્કાર કરે છું [ ૩ ]

### જ્વરનાં લક્ષણો અને પરિણામ

આ સૂક્તમાં જ્વરના લક્ષણો અને પરિણામ કહ્યા છે તેના સ્વક શબ્દો જુઓ—

૧ અગ્નિઃ હય વહન્— અગ્નિ સમાન બળે છે જ્વર આવ્યા પછી શરીર અગ્નિની જેમ અરમ થાય છે અને તે ગર્ભા રજને બળે છે ( મ ૧ )

૨ શુભિન્— રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, સુઝાવે છે, શરીરને સુઝાવે છે ( મ. ૧ )

૩ મત્ત હય ચિલપન્— રોગીને પાગલ જેવો બનાવે છે, એ કારણે તે રોગી મનમાં આવે તેમ બળડે છે ( મ ૧ )

૪ અગ્રત = આ જ્વર મતલીન જોટલે નિયમ પાલન ન કરનારાઓને આવે છે, જોટલે નિયમપૂર્ણ અવધાર કરનારાઓને સતપવતો નથી ( મ ૧ )

૫ તત્તુઃ ઘટ્ટઃ = આ જ્વર તપાવીને વધ કરે છે. ( મં. ૧ )

૬ તત્કમા = ધણી કષ્ટ આવે છે. ( મં. ૧ )

૭ રુદ્રઃ = રક્તનારો છે. ( મં. ૨ )

૮ અમિશોચયિષ્ણુઃ = રોગ વધારનારો છે. ( મં. ૩ )

૯ વિશ્વા રૂપાણિ દરિતા કૃણોમિ = શરીરને લીધું-પોશું ખનાવે છે, એટલે નિરતેજ ખનાવે છે. જ્વર આવેલું શરીર રીકું થાય છે. ( મં. ૩ )

૧૦ વ્યગ્રઃ = તેની ઉત્પત્તિ જગલમાં થાય છે. ( મં. ૩ )

આ સૂક્તમાં આટલા જ્વરના કારણો, લક્ષણો અને પરિણામ કલા છે. જન પાલન એટલે નિયમ પાલન કરવાથી આ જ્વર આવતો નથી અને આવેલો નિકળી જાય છે. તેથી તેને ' કામત ' કહે છે. પૃષ્ઠી, શૂભ્રિ, ઓપધિ, વરુણરાગના બધા જલસથાનો, રુદ્રના રુદ્ર સૂક્તમાં કહેલાં સ્થાનો અને રૂપ વગેરેની મુખ્ય સ્થાથી આ જ્વર ઢલી જાય છે.

રુદ્ર સૂક્તમાં રુદ્રનું જે વર્ણન છે તેનો નિચાર કરતાં ખજાર પડે છે કે આ જ્વર રુદ્રનું સ્વરૂપ છે. રુદ્રના બે પ્રકારના રૂપો છે, એક ધીર ( હણ ) અને એક સિવ ( જ્ઞાન્ત ) આ બંને રૂપો સમ રહેવાથી મનુષ્યને આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે અને વિષમ થવાથી રોગ સત્તાવે છે. આ પ્રકારે યોજના વડે, જ્વર દૂર કરવાનો ઉપાય જાણી શકાય છે. આ વૈદ્યોનો વિષય છે, માટે વૈદ્ય લોકો તેનું અધિક મનન કરે.

## ક્ષયરોગનું નિવારણ

કાંઠા ૬, સૂક્ત ૧૪

( ઋષિઃ- વસિષ્ઠઃ । દેવતા- વરાહઃ । )

અસ્થિર્લસં પરુક્લંસમાર્દ્યતં હૃદયામયમ્ । યલાસં સર્વં નાશયાન્નેષ્ટા યથ્ પર્વસુ ॥ ૧ ॥

નિર્ધલાસં યલાસિનઃ ક્ષિણોમિ મુષ્કરં યથા । હિનદમ્પસ્ય વન્ધનં મૂલંમુર્વાર્વાં દૃષ ॥ ૨ ॥

નિર્ધલાસેતઃ પ્ર પંતાશુંગઃ શિશુકો યથા । અથો દૃષ્ટં દૃષ હાયનોપ દ્રાક્ષવીરહા ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( અસ્થિર્લસં પરુક્લંસ ) હાડકા અને સાંધા હીલા કરી નાખનાર ( આસ્થિત હૃદયામય ) શરીરમાં રહેનારા હૃદયના રોગને એટલે ( સર્વં યલાસં ) બધા ક્ષયરોગને અને ( યઃ અંતેષ્ટાઃ વ પર્વસુ ) જે અવયવોમાં અને સાંધાઓમાં રહે છે, તે બધા રોગોનો ( નાશય ) નાશ કરી નાખ. [ ૧ ]

( યલાસિનઃ યલાસં નિઃ ક્ષિણોમિ ) ક્ષયરોગી પસેથી ક્ષયરોગને દૂર કરે છું, ( યથા મુષ્કર ) જે પ્રકારે મોરી કરનાશઓને દૂર કરાય છે. ( અસ્ય વંધનં હિનસિ ) આ રોગના સજ ધને તોડી નાંખુ છું. ( મૂલં મુર્વાર્વાં દૃષ ) જેમ કાકડીના મૂળને કાપે છે. [ ૨ ]

હે ( યલાસ ) ક્ષયરોગ ! ( દૃષ્ટઃ નિઃ પ્રપત ) અહીંથી હટી જા. ( યથા આશુંગઃ શિશુકઃ ) જે પ્રમાણે જલ્દી રોગનારો વાછરડો જાય છે, ( અથો અધીરહા અપ દ્રાહિ ) વીરોનો નાશ ન કરનારો તું અહીંથી નાસી જા, ( હાયનઃ દૃષ્ટઃ દૃષ ) જેમ પ્રતિ વસ્ત્રે ઉજનારું ધાર નાશને પ્રાપ્ત થાય છે. [ ૩ ]

## કર્કસ્ય

આ સૂક્તમાં ' યલાસ ' શબ્દ છે તેનો અર્થ કર અને કર્કસ્ય છે. આ શરીરના સાંધા, છટા અવયવો, હૃદય અને ખીજા અવયવોમાં રહે છે અને રોગોનો નાશ કરે છે, તેને દૂર કરવાનું વર્ણન આ સૂક્તમાં છે. આમાં જે ઉપાયનું વર્ણન છે, તેની વધુ માહિતી નથી. માટે ક્ષયરોગ નિવારણનો જે ઉપાય આ સૂક્તમાં કહે છે તે વિશે વધારે શોધખોળ થયા વગર કંઈ વધારે કહેવું કઠણ છે. વાચકોમાં જે વૈદ્ય અથવા માનસચિકિત્સકો હશે તે તેનું અધિક મનન કરે, તો કંઈ પત્તો લાગશે.



અમારા વિચરે આ સૂક્ત માનસચિક્રિતાનું સૂક્ત છે પોતાના મનના સ્વાસ્થ્ય હેતુ વિચારોથી રોમીના રેત હા થાય છે, તેનો અર્થ સમજ દેખાય છે, તે દૃષ્ટિએ વાચકોએ આ સૂક્તનો વિચર કરવો

## ખાંસીને દૂર કરવું

કાંડ ૬, સૂક્ત ૧૦૫

( જાપે - ઇ મોચના : દવતા - કાના : )

યથા મનો મનસ્કેતૈઃ પરાપર્વતવાશુમત્ । एवा त्वं कासे प्र पत मनुसोऽनु प्रवायुम् ॥ ૧ ॥  
 यथा वाणः सुसंक्षितः परापर्वतवाशुमत् । एवा त्वं कासे प्र पत पृथिव्या अनु संवतम् ॥ ૨ ॥  
 यथा सूर्यस्य रश्मयः परापर्वन्तवाશुમत् । एवा त्वं कासे प्र पत समुद्रस्यानु विक्षरम् ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( યથા મનસ્કેતૈઃ ) ને પ્રકારે હૃદયથી જનાર મન ( મનસ્કેતૈઃ ) પરા પતતિ ) મનના વિષયો સાથે દૂર જાય છે ( યથા ) તે પ્રકારે, હે ( કાસે ) ખાંસી-ઉધરસ વગેરે રોગો । ( ત્વં ) મનસા પ્રવાયુ અનુ પ્ર પત ) તું મનના પ્રવાહ સમાન દૂર નાસી જા [ ૧ ]

( યથા વાણઃ ) ને પ્રકારે અતિ તીવ્રથી વાયુ ( વાશુમત્ ) પરા પતતિ ) હૃદયથી દૂર જાય પડે છે ( વતા ) તેજ પ્રકારે, હે ( કાસે ) ખાંસી । ( ત્વં ) પૃથિવ્યવાઃ સ્વત અનુ પ્ર પત ) તું પૃથ્વીના નીચલા ભાગમાં પડી જા [ ૨ ]

( યથા સૂર્યસ્ય રશ્મયઃ ) ને પ્રકારે સૂર્યના કિરણો ( વાશુમત્ ) પરા પતતિ ) હૃદયથી દૂર નાસી જાય છે ( યથા ) તે પ્રકારે હે ( કાસે ) ખાંસી । ( સમુદ્રસ્ય વિશ્વર અનુ પ્ર પત ) સમુદ્રના પ્રવાહની જેમ દૂર જાય પડે છે [ ૩ ]

આવાર્થ— મન સૂર્યના કિરણો અને વાયુ એમનો વેગ મળે છે તે વેગથી તે જાય છે તે વેગથી ખાંસીની નિખારી દૂર થાય ( ૧-૩ )

( સભવ છે કે ખાંસી દૂર કરવાનો ઉપાય મળેનો નિરોગતા સ્થળ અને સુખકિરણો સાથે સમાધિત હશે )

## શ્વાસાદિ-રોગ-નિવારણુ સૂક્ત

કાંડ ૧, સૂક્ત ૧૨

( જાપે - મુખગેરો : દેવતા - વસ્તવગાથાનમ્ । )

जरायुजा प्रथम दुस्त्रियो वृषा वातप्रजा स्तनयंक्षेति वृष्ट्या ।

स नो मृदाति तन्व प्रजुगो हजन् य एकमोजंक्षे वा विचक्रमे

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( વાત+સ+જા ) વાયુ અને મેઘથી ઉત્પન્ન થઈ ( પ્રથમ જરાયુજા ) પહેલો નેરોથી ઉત્પન્ન થનાર, ( હસ્ત્રિય વૃષા ) તેજસ્વી બળવાન સૂર્ય ( વૃષ્ટ્યા સ્તનયન્ ) પૃથ્વીના સાથે જન્મના કરતો ( વાતિ ) ચાલે છે ( સ પ્રજુગ ) તે સંધિ આલનારો અને ( હજન્ ) દેવ દૂર કરનારો ( જ સન્વે ) અમારા શરીરને ( મૃદાતિ ) સુખ આપે છે ( ય ) ને ( વક મોજ ) એક સામર્થ્યને ( વેષા ) વધુ પ્રકારે ( વિચક્રમે ) પ્રાપ્તિ કરે છે [ ૧ ]

આવાર્થ— વાયુ અને મેઘથી પ્રગટ થઈ મેઘોન આનસુમાથી પ્રથમ બહાર નિકળતા તેજસ્વી સૂર્ય પૃથ્વી અને મેઘ બળવાની સાથે આ રીતે છે તે પોતાની સંધિથી અતિથી રોગોને દૂર કરેલો અમારા શરીરને આનંદ આપનારો છે અને અમને સુખ આપે છે તે સૂર્યનું એક જ તેજ વધુ પ્રકારે કાર્ય કરે છે ( ૧ )

અર્હેઅર્હે શોચિતાં શિથિયાણં નમસ્વન્તસ્ત્વા હવિષા વિધેમ ।

અદ્વાન્ત્સમદ્ધાન્ હવિષા વિધેમ યો અર્ધમીત્વર્વાસ્યા પ્રમીતા

॥ ૨ ॥

મુશ્વ શીર્ષિક્ત્યા ઉત કામ ઇન્ને પરંપરુરાવિવેશા યો અસ્ય ।

યો અર્ધજા વાતજા યશ્ચ શુભ્રો વનસ્પતીન્ત્સચતાં પર્વતાથ

॥ ૩ ॥

શં મે પરસ્મૈ ગાત્રાય ઘમસ્ત્વવરાય મે । શં મે ચતુર્મ્યો અર્હેમ્યઃ ધર્મસ્તુ તન્વેષુ મમ

॥ ૪ ॥

અર્થ — ( અમે અમે ) પ્રત્યેક અવયવમાં ( શોચિતા શિથિયાણં ) પોતાના તેજની આશ્રય કરનારા ( ત્વા ) તને ( નમસ્વન્તાઃ ) નમન કરતાં ( હવિષા વિધેમ ) અર્પણુપી જ પૂજા કરે છે ( યઃ ) જે ( પ્રમીતા ) મદ્ય કરનારો ( અસ્ય પર્ય ) એના સાધાને ( અપ્રમીત ) મદ્ય કરે છે, તેના ( અંકાન્ સર્મકાન્ ) ચિન્હોને અને મળેલા ચિન્હોને ( હવિષા વિધેમ ) હવનના અર્પણુપી પૂજે. [ ૨ ]

( શીર્ષિક્ત્યાઃ ) માથાના ફરફો ( ઉત ) અને ( યઃ કાસઃ ) જે ઉધરસ છે, તેથી ( ઇન્ને મુશ્વ ) એને ઊઝાવ, તેમજ ( અસ્ય ) એના ( વહઃ વહઃ ) બધા સાધાઓમાં જે રોગ ( માવિવેશ ) ધુક્ષી થયો છે, તેથી પણ ઊઝાવ ( યઃ અર્ધજાઃ ) જે મેથેની વૃદ્ધિથી ઉત્પન્ન થયેલા છે અથવા જે ( વાત+જાઃ ) વાયુથી ઉત્પન્ન થયેલા છે તેમજ જે ( શુભ્રાઃ ) ઉજ્જ્વલાતાના કારણે ઉત્પન્ન થયા છે તેમને દૂર કરવા માટે ( વનસ્પતીન્ પર્વતાન્ ચ ) વૃક્ષ, વનરપતિ અને પર્વતોની સાથે ( સચ્ચતાં ) સંબંધ કરે. [ ૩ ]

( મે પરસ્મૈ ગાત્રાય શં ) મારા શ્રેષ્ઠ અવયવોનું કંઈપણ થાવ, ( અથરાય શં અસ્તુ ) મારા સાધારણ અવયવો માટે કંઈપણ થાવ, ( મે ચતુર્મ્યઃ ઐરેમ્યઃ શં ) મારા ચારે બાજો માટે આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાવ. ( મમ તન્વેષુ શં અસ્તુ ) મારા શરીરના માટે સુખ થાવ. [ ૪ ]

ભાષાર્થ — તે શરીરના પ્રત્યેક અંગમાં પોતાના તેજના અસર્થ રહે છે, તેનું મહત્વ બધી અમે હવન વડે તેને સત્કાર કરીએ છીએ. જે મનુષ્યના દરેક સાધાર્માં રહે છે તેના પ્રત્યેક ચિન્હોને પણ અમે હવન વડે સત્કાર કરીએ છીએ. ( ૨ )

તેની સહાયતાથી, માથાને દુખાવે દૂર કરે, ખાસીને દૂર કરે, સાધાના આશ્રય રહેને દૂર કરે જે રોગ મેથેની વૃદ્ધિથી બેઠેલ કફથી, વાયુના પ્રક્રાપથી બેઠેલ વાતથી અને અર્ધાના કારણે બેઠેલ પિત્તથી થાય છે તેમને પણ દૂર કરે તેના માટે વનરપતિ અને પર્વતોનું સેવન કરે. ( ૩ )

તેથી મારા ઉત્તમ અંગો, સાધારણ અંગો તેમજ મારા ચારે બાજો બેઠેલ માંડ બધું શરીર આરોગ્ય યુક્ત થાય. ( ૪ )

## શ્વાસાદિ-રોગ-નિવારણ સૂક્ત

ઉપરનો ભાષાર્થ મ ત્રોના અથોના અનુસંધાનમાં વાચકો વાંચશે તો તેમના ધ્યાનમાં સૂક્તનું તાત્પર્ય આવશે, કારણ કે આ સૂક્ત સરળ અને સુગમ છે, તે પણ વાચકોને વિશેષ સમભય તે માટે બહો વિશેષ બાબતોનું સ્પષ્ટીકરણ કરીએ છીએ. આ " તક્ષમનાશન ગણ " નું સૂક્ત છે એટલે રોગાદિનાશક ભાવ તેમાં છે.

મહત્વપૂર્ણ ૩૫૬

બધાથી પહેલાં પ્રથમ મંત્રમાં વચ્ચેવેળું મહત્વપૂર્ણ ૩૫૬ વિચાર કરવા જેણે છે પહેલાં સૂક્તમાં " જરાયુજઃ વચ્ચ-૨૩ [ અથર્વ. ૪ ]

મારુચઃ વુજઃ વેલીથી વેષ્ટિત ઉત્પન્ન થનારા હસ માસ સુધી ગર્ભમાં રહેનારા પુત્ર " નું વર્ણન છે. તેની સાથે આ સૂક્તનો સંબંધ બતાવવા માટે આ સૂક્તની શરૂઆતમાં જ " જરાયુજા પ્રયમઃ " આ શબ્દો આવ્યા છે. અહીં સુપુત્રનું વર્ણન થયું મહત્વપૂર્ણ ૩૫૬થી કર્યું છે. આ ૩૫૬માં સર્વ જ " વુજ " છે, સરળ પુત્ર હોવાનું વર્ણન વેદમાં અનેક ઠેકાણે આવ્યું છે અહીં આ વર્ણન સમભવા માટે થોડું નિસર્ગી તરફ ધ્યાન આપવાની આવશ્યકતા છે.

વરસાદમાં બ્યારે કેટલાક દિવસો સુધી આકાશ મેઘ-

ખંડથી ઠંકાએજ રહે છે અને સુરજનું દર્શન થતું નથી, વરસાદ થાય છે, વાયુ વહે છે, વીજળી ચમકે છે, ત્યારે ઠંકા વખત એમ થાય છે કે વાયુ એજી વદોવાથી વચ્ચું આકાશ મેઘમિત્ર બની જાય છે અને સ્વચ્છ સ્વર્ગમાં જ નજરે પડે છે, માતો એજ પુત્રદર્શન છે. પુત્રજન્મના સમયે પ્રસૂતિ થતીજ, ગર્ભની ઉપર જેરી વગેરેનું આચ્છાદન હોય છે, પાણી વગેરે પ્રવાહિ પદાર્થ પ્રસૂતિ સમયે હોય છે, તે બધું માતો કે સૂરજ ઉપર વેજિત મેઘ અને તેમની વૃષ્ટિ છે. આ પ્રકારે આ ઉપમામાં સાર્ય જોઈ શકાય છે.

બહુ દિવસોના મેઘાબદિત આકાશ પછી જ્યારે સુરજનું દર્શન થાય છે, હવા સ્વચ્છ હોય છે ત્યારે મનુષ્યને આત્મતા આનંદ થાય છે, મનુષ્ય પ્રસન્નમિત્રથી ઉત્સવ મનાવે છે, તેજ પ્રકારે જ્યારે ગર્ભિણી અને પુત્ર પ્રસવ થાય છે, ત્યારે તેના ઉપરની જેરીનું આચ્છાદન દૂર કરવામાં આવે છે, તેને સ્વચ્છ કરાય છે, ત્યારે તેના મુખથી સૂરજ જોઈ જે આનંદ માતાના હૃદયમાં ચમકી ઊઠે છે, શુ તેનું વર્ણન શબ્દોથી કરવું શક્ય છે? માતાનો આનંદ આ શબ્દોથી બ્યકત થઈ શકે છે, 'આ પુત્ર ધરતો સુરજ છે, આ માતાના હૃદયમાં જોયો છે, આ માતાના આંખોને પ્રકાશ છે, જે પ્રકારે સૂરજ આ ધારતે દૂર કરે છે તેવી જ રીતે પુત્ર ધરતો, કુળને અને જાતિને ઉજવળ બનાવે છે.' આ પ્રકારે બાળકના મુખના તેજનું વર્ણન માતા પોતાના શબ્દરહિત ભાવોથી કરી શકે છે. વાચકો! પોતાની કામ્યમય આંખ જોઈ આ વાચી સમજવાનો યત્ન કરો. અહીં વૃત્તન ઉપર બાળકનું વર્ણન કરવાનું નથી, પણ શ્રવણદાતા સુરજનું વર્ણન એટલે સૂરજના શ્રવણપોષક ગદિમ-રસાયણનું વર્ણન કરવું છે. તે કરવાનો પ્રત્યાય આ પ્રકારે આ સૂક્તના આરબધી જ કરાયો છે અને તે પ્રસ્તાવથી કા. ૧, સૂક્ત ૧૧ જોડે આ સૂક્તનો સંબંધ જોડી દીધો છે

પ્રાપ્ય પ્રસૂતિ, વેળાં, તેમજ પછી જીવોમાં, આશ્રયતા આવે છે અને અનેક રોગોની સંભાવના નિર્મૂલ્ય થાય છે, તેથી તે કહ્યોને દૂર કરવું સુખમતાથી કયે રરતે સાખ્ય બને છે એ બતાવવું આ સૂક્તનો મુખ્ય વિષય છે. તે નિમિત્તે જ આરોગ્યનો વિષય આ સૂક્તમાં પ્રદર્શિત કર્યો છે.

આરોગ્યનો દાતા

સૂરજ આરોગ્યનો દાતા છે, આ વાત આ સૂક્તના પ્રથમ મંત્રના ઉત્તરાર્ધમાં ૨૫૯ કહી છે—

સ જો મુદ્ધાનિ તમ્યે શ્રુતુગો વજન્ ૧ ( મં. ૧ )

'આ ( મુર્ય ) આમારા શરીરને આરોગ્ય આપે છે, સંધા જનારા દોષોનો નાશ કરે છે, 'આ મંત્ર બાજમાં ૨૫૯ આશ્વ્ય એવો છે કે તે સૂરજ દોષોને દૂર કરે છે અને આરોગ્ય વધારે છે. જો આ વાત સત્ય હોય તો, જ્યાં સૂરજનો પ્રકાશ પહોંચતો નથી ત્યાં આરોગ્ય કાઢી રહેવાનો સંભવ નથી, એ વાત પણ સત્ય જ છે. આ આરોગ્યનિવમ ખ્યાનમાં શખી આપણા ધરનો અને પ્રસૂતિની ઓરડીનો વિચાર કરવો. આરોગ્ય આપનારો સૂરજ પ્રકાશ અમારા ધરમાં ફેટો આવે છે, પ્રસૂતિસ્થાનમાં પણ પુષ્કળ પ્રકાશ આવવો જોઈએ, તેજ માતા અને નવીન જન્મેલા બાળકનું સ્વાસ્થ્ય ઉત્તમ રહી શકે છે. ધરની ઓરડીઓમાં પુષ્કળ પ્રકાશ આવતો રહેશે તો ધરના લોકોનું સ્વાસ્થ્ય ઠીક રહેશે આ પ્રકારે વેદ કરે છે કે સર્વપ્રકાર બધાના સ્વાસ્થ્ય માટે આવસ્થક છે વાચકોએ આ યાત્રાને ઉપયોગ પોતાના બંધધારમાં કરવો.

પ્રથમ મંત્ર અરબરે કરે છે કે ( વકવોજસ્રેયા વિચ-ક્રમે ) એટલે એકજ શક્તિ બધુ પ્રકારે પ્રકાશિત થઈ રહી છે. આ વાત ફેટલાંક સ્થાનોમાં સત્ય છે. સુરજનું જ તેજ પ્રુલેકમાં સૂરજપ્રકાશથી, અંતરિક્ષમાં વિદ્યુતરૂપથી અને પૃથ્વી ઉપર અમિરૂપથી પ્રકાશિત થાય છે. તે જ વાત શરીરમાં જુએ મસ્તકમાં મન્મરૂપે, હૃદયમાં પાચનશક્તિના રૂપે અને બધા શરીરમાં ઉષ્ણતારૂપે સુરજનું તેજ પ્રકારે છે અને વિવિધ ક્રમ છે. આરોગ્યનો વિચાર કરતી વેળા આ વાતનો અવશ્ય વિચાર કરવો જોઈએ સૂરજપ્રકાશથી આ તથો શારીરિક સ્થાનોમાં યોગ્ય પરિણામ થમ શરીરનું આરોગ્ય વધે છે, ક્ષુદ્રિતું તેજ વધે છે અને સુખની વૃદ્ધિ થાય છે. આ છે સંક્ષેપમાં સૂરજનો અમારા આરોગ્ય સાથે સંબંધ વાચકો એ વિચાર કરી વધારે યાત્રા પ્રેમ કરવું

આ પ્રકારે પ્રથમ મંત્રમાં આરોગ્યનો મૂલ્ય ન બતાવ્યો છે અને ઉપમા વડે એમ કહ્યું છે કે જેમ ધરમાં બાળકરૂપી સૂરજનો ઉદય થાય છે તે જ પ્રકારે વિષ્ણુમાં દિવસપુત્ર સૂરજનો ઉદય થાય છે. ધર નાનું વિષ્ણુ તેમજ વિષ્ણુ મોટું ધર છે, માટે આ ધરના સૂરજ સાથે વિષ્ણુના સૂરજનો સંબંધ જોવો જોઈએ. આરોગ્ય માટે તો આ ધરના સૂરજનો વિષ્ણુ સાથે સંબંધ કરવો જોઈએ એટલે જેમ બની શકે તેમ બાળકને ધરમાં બધું ન સમર્થતા વિશ્વસ્યના પુત્રતા પ્રકાશ

માં ધીમે ધીમે જવા દેવું, ફરવા દેવું, જેથી ધરનો સરજ પશુ આરામપુરુષ અને ખગવાનુ જની શકે.

### સૂર્યકિરણ વડે ચિકિત્સા

પછી બીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ( સંગે સંગે શોચિવા શિશિવાણં ) શરીરના પ્રત્યેક અંગમાં તેજના અંશથી આ સરજ રહે છે. તેને ( નમસ્વનતા ) નમન કરવું જોઈએ, એટલે તેનો આદર કરવો જોઈએ, સરજના તેજથી પોતાનું તેજ વધારવું જોઈએ, જે સૌક ધરમાં અધારી આરટીમાં પોતે પોતાને અંધ રાખે છે તે નિરતેજ બને છે, પણ જે ખુલ્લી હવામાં ફરે છે, સરજપ્રકાશથી પોતાનું તેજ વધારે છે તે તેજસ્વી બનના જાય છે.

શરીરના પ્રત્યેક ( પર્વ ) સાંધામાં આ અંશ રહે છે, આ સરજના અંશે આ સ્થાન ઉપર ( ધર્મતા ) પોતાનો અધિકાર જમાવ્યો છે ફરક અવયવમાં તેના ( સંકાન્ ) ચિન્હોને યોગબત્ત જોઈએ અને ( સમંકાન્ ) મળેલા બળેલા ચિન્હો પણ યોગબત્ત જોઈએ. જેમ આખામાં તેજ રૂપે સરજનું વાસ્તવ્ય છે તેવી જ રીતે બીજા સ્થાનોમાં બીજા અંશમાં છે. એ બધું જાણવું જોઈએ અને જે સ્થાનનું આરામ્ય ખમરું હોય તે સ્થાને સરજપ્રકાશનો ઉચિત પ્રયોગ કરી આરામ્ય પાછું મેળવવું જોઈએ, સવારના મંદ સરજના પ્રકાશમાં ખુલ્લી આંખે સરજનું ચિંબ જોના રહેવાથી ધણાખગ નેત્ર રોગો ફર યથ જાય છે. વિશેષ નેત્રરોગો માટે વિશેષ યુક્તિથી સરજકિરણોનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ. વિશેષ અવયવ માટે વિશેષ યુક્તિથી જ સરજકિરણોનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ. સાધારણ આરોગ્ય માટે વિશેષ અવયવ તે સરજ કિરણોમાં તપાવવાથી પણ ધણું કામ થઈ જાય છે, આ યુક્તિથી જ કેવળ સૂર્યકિરણચિકિત્સાથી ધણાખરા રોગો ફર કરવા સંભવનીય છે. જે સહન થાય એટલા ઉષ્ણ સરજપ્રકાશમાં આપું શરીર થોડો સમય તપાવવાથી પણ સર્વ સાધારણ શરીરનું આરોગ્ય વધે છે. ઠંડીના દિવસમાં તેમ કરવું સારું. કારણ ઉન્હાળામાં અને ઉષ્ણ પ્રદેશમાં વિચારપૂર્વક અને યુક્તિથી જ તેનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ. નહિ તો આરોગ્યના

ખલ્લે અનારામ્ય પણ થાય, માટે આ બધો અભ્યાસ યુક્તિથી વધારવો જોઈએ

ત્રીજા મંત્રમાં ( ત્રીર્ષકર્યાઃ ) માથું કુખરું, ( કાસઃ ) ખાંસી, ઉધરસ, ( ષઠઃ ) સાંધાના રોગ ઉપર કલા પ્રમાણે ફર કરવાની સૂચના આપી છે. ( વાતજ્ઞઃ ) વાત, ( ગુપ્તઃ ) પિત્ત, ( અષ્ટજ્ઞઃ ) કફના પ્રકાપથી ઉત્પન્ન થયેલા અને બીજા રોગો પણ આ યુક્તિથી ફર કરવાની સૂચના ત્રીજા મંત્રમાં છે. ( પર્વતાન્ સ્વચતાં ) તેમજ પર્વતો ઉપર રક્ત ( વગસ્વતીન્ સ્વચતાં ) યોગ્ય વનરૂપિત સેવન કરવાનો ઉપદેશ પણ આ મંત્રમાં છે. વૈનરૂપિનું સેવન બે પ્રકારે થઈ શકે છે, એક વૃક્ષાદિના નીચે રહેવાથી અને બીજું યોગ્ય આપધિઓના રસાદિનું સેવન કરવાથી. પર્વતોના ઉચ્ચ શિખરો પર રહેવું તેમજ ઝાડ તળે રહેવું, બેસવું પણ આરામ્યકારક છે, આ વાત અગ્રે કેટલાક રોગો ઉપર યુક્તિથી અજમાવી જોએલી છે અને અમારો અનુભવ છે કે તે ધણી લાભદાયક નિવડી છે. વાચકોએ પણ તેવો જ લાભ મેળવવો.

ચોથા મંત્રમાં ઘરતક વગેરે ઉત્તમગ્રાગ અને પગ વગેરે નીચેના અંગોના દુઃકમાં સર્વ શરીરનું સ્વાસ્થ્ય પહેલાં કલા મુજબ પ્રાપ્ત કરવાની સૂચના પ્રાર્થના મંત્ર વડે આપેલી

### સર્વસાધારણ ઇલાજ

આ યુક્તિથી સર્વસાધારણ માટે પણ ધણો મોટો બોધ પ્રાપ્ત થાય છે મુખ્ય વાત એ છે કે ખુલ્લા શરીરે સરજના કિરણોમાં જે ફરે છે એટલે પોતાના શરીરને સરજના કિરણોથી તપાવે છે, તેમને આમટીને રોગ, ખાંસી, કમ, તેમજ ક્ષય વગેરે રોગો થતા નથી. આ બધા રોગો તેમને જ થાય છે જે સરજના કિરણોમાં છૂટી ફરતા નથી, તેમજ પોતાનું શરીર હમેશા વઘોથી ઢાંકેલું રાખીને સાંકડા મકાનોમાં રહે છે જેમને બોધ લેવો હોય તે આ યુક્તિથી લાભ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. વેદમાં તેથી જ ધરનું નામ ' ક્ષય ' એવું આવે છે જે વાયક પોતાના ધરને ' ક્ષય ' નું કારણ સમજી શકે તેઓ પરમાર્થી વધારે વખત બહાર રહેશે અને સરજના કિરણોથી મળનારું આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી શકશે

## વિપ-ચિકિત્સા

કાંઠ ૭, સૂક્ત ૫૬

( ત્રાસિઃ-અર્થઃ । દેવતાઃ-દુષિકારકાઃ, વનસ્પતીઃ, મહાજનસ્પતીઃ । )

તિરશિરાજેરસિતાત્પદાકોઃ પરિ સંમૃતમ્ । તત્કલ્પર્વણો વિપમિયં ચીરુદનીનયત્	॥ ૧ ॥
દ્યુયં વીરુમધુજાતા મધુશ્ચુમ્ધુલા મધૂઃ । સા વિહૃતસ્ય મેષજ્યયો મશકજ્ઞમ્મની	॥ ૨ ॥
યતો દુષ્ટં યતો ધીતં તત્સ્તે મિહૃયામસિ । અર્મસ્યં તૃપદ્વિજિનો મશકસ્પારસં વિપમ્	॥ ૩ ॥
અયં યો વક્ત્રો વિર્પતુર્વ્યક્તો મુસાનિ વક્ત્રા વૃજિના કુળોવિ ।	
તાન્નિ સ્વં વ્રજાણસ્પત કુપીકામિવ સં નમઃ	॥ ૪ ॥
અરસસ્યં શર્કોટસ્ય નીચીનસ્થોપસર્પતઃ । વિપં હાસ્પાદિભ્યયો એનમજીજમમ્	॥ ૫ ॥

અર્થ— ( તિરશિ-રાજેઃ સિતાત્ ) નાંચી રેણવાળો, કળા, ( પદાકોઃ કલ્પર્વણઃ ) નામ અને કમળ જેવા પર્ણવાળા સાપથી ( સંમૃતં તત્ કલ્પર્વણં ) ભેજાવેલા થએલા તેરિયને ( દ્યુયં ચીરુત પરિ અનીનશત્ ) આ વનસ્પતિ નામ કરે છે [ ૧ ]

( દ્યુયં વીરુત્ મધુ-જાતા મધુલા ) આ વનસ્પતિ મધુરતા સાથે ઉત્પન્ન થયેલી, મધુરતા આવનારી ( મધુ-દ્યુયુત મધૂઃ ) મધુરતા ભેખથી ઝરે છે એવી થોતે મધુર છે. ( સા વિહૃતસ્ય મેષજી ) તે કુદીસ સાપના વિપની ઝીપધિ છે અને તે ( મશક-જ્ઞમ્મની ) મશકોનો પછુ નાશ કરનારી છે [ ૨ ]

( યત-વૃષ્ટં ) ન્યાં કરડું છે, ( યતઃ ધીતં ) ન્યાંથી લેલી પીધું છે, ( તતઃ ) ત્યાંથી ( તૃપદ્વિજિન-મર્મસ્ય મશકસ્ય ) તીવ્રથી કરડામશા મશકના ( અરસં વિપં નિઃ કયામસિ ) રસની વિપને અમે દૂર કરીએ છીએ. [ ૩ ]

હે ( વ્રજાણસ્પતે ) જાનના સ્વામી ! ( ય અર્થ વક્ત્રઃ વિ-વક્ત્ર ) ને આ વાકી અને સાધામાં દીસે અને ( વર્ણનઃ ) કરડપ અંગવાળો થયે છે અને ને ( મુસાનિ વક્ત્રા વૃજિના કુળોવિ ) મુખ વાકું ચૂકું અને વિરપ કરે છે, ( તાન્નિ સ્વં કુપીકાં હવ સં નમઃ ) તેને તું મુજની સમાન સીધી કર [ ૪ ]

( અરસસ્ય નીચીનસ્ય ઉપસર્પતઃ ) નીરસ અને નીચેથી આવનાર ( અસ્ય શર્કોટસ્ય વિપં ) આ વિહી અથવા સાપનું ઝેર ( હા અવિધિ ) અંકિત કરે છું ( અયો વર્મ અજીજમ્ ) અને તેને મારી નાખું છું. [ ૫ ]

આવાર્થ— એના પર તારી લીધેલો હોય છે અને જેને પરે હોય છે એવા સાપનું વિષ મધુ નામની વનસ્પતિ દૂર કરે છે ( ૧ )

આ વનસ્પતિ મીઠા રસવાળી, મીઠાસ મારે પ્રખ્યાત છે, તેનું નામ મધુ છે તે વિષજાવાળી આશ-અવળા થએલા રોગોને મારે ઉત્તમ ઝીપધિ છે તેનાથી મશકો પણ દૂર થાય છે ( ૨ ) ।

જ્ઞાત કરડેનું છે અને ન્યાંથી લેઈ પીવેલું છે ત્યાંથી મશક-વર્ણનના વિપને વધાર કહેલી ઝીપધિ પ્રયોગથી દૂર કરીએ છીએ ( ૩ )

વિષજાવાળી ને રોગી નાશ વૃક્ષ, વિષ અંગવાળો, દીલા સાપવાળો થઈ ગયાં છે અને ને પેલાનું મોઢું પાકું કરે છે, તે રોગોને આ ઝીપધિ વડે સારી કરાય છે ( ૪ ) •

નીચેથી આવનારા અને મુઠાવનારા સાપ અથવા વીંછીના ઝેરને અમે આનાથી દૂર કરીએ છીએ અને તેમને આ મારી અધુ નાખીએ છીએ. ( ૫ )

ન તે ગાહોર્વલમસ્તિ ન શીર્ષે નોત મધ્યતઃ । અયુ કિં પાપયામુયા પુચ્છે વિમર્ષર્મકમ્ ॥ ૬ ॥  
અદન્તિ ત્વા પિપીલિકા ચિ વૃંશન્તિ મયૂર્યઃ । સર્વે મલ વ્રવાથ શાકોટમરસં વિપમ્ ॥ ૭ ॥  
ય ઉમામ્યાં પ્રહરસિ પુચ્છેન ચાસ્યેન ચ । આસ્યેકે ન તે વિપં કિમ્ તે પુચ્છધાર્વસત્ ॥ ૮ ॥

અર્થ— હે વિંછી ! ( તે ઘાહોઃ થઈ ન જાય ) તારા હાથમાં બળ નથી, ( ન શીર્ષે ઉત ન મધ્યતઃ ) માથામાં નથી અને મધ્ય ભાગમાં પણ નથી. ( અથા કિં અમુયા પાપયા ) તે પછી કેમ આ પાપરૂપિણી ( પુચ્છે અર્મકં વિમર્ષ ) પુછીમાં થોડું વિષ પારણ કરે છે ? [ ૬ ]

( પિપીલિકાઃ સ્વા અદન્તિ ) કીડીઓ તેને ખાવ છે, ( મયૂર્યઃ ચિંવૃશન્તિ ) તેલ કરી નાખે છે. ( સર્વે મલ વ્રવાથ ) બધા સારી રીતે કહે છે કે ( શાકોટં વિપં અરસં ) વિંછીનું એર સુગ્રવનાર છે. [ ૭ ]

( યઃ પુચ્છેન ચ આસ્યેન ચ ઉમામ્યાં ) એ તું પુછી અને થોડું આ બંનેથી ( પ્રહરસિ ) પ્રહાર કરે છે, પણ ( તે આસ્યે વિપં ન ) તારા મોઢામાં વિષ નથી, ( કિં ઉ પુચ્છધૌ અસત્ ) તે પછી પુછીમાં કેમ છે ? [ ૮ ]

ભાવાર્થ— વિંછીની અન્તિ તેના માથામાં, બાહુમાં અથવા મધ્ય ભાગમાં નથી, કેવળ પુછીની ટોચમાં તેનું વિષ રહે છે. ( ૬ ) કીડીઓ, તેલ, અથવા મશીઓ તેને ( વિંછી અથવા સાપને પણ ) ખાઈ જાય છે. તેમનું વિષ સુગ્રાવી નાખનાર છે અથવા આ વનસ્પતિથી તે નિર્બલ થઈ જાય છે. ( ૭ )

વિંછી પુછીથી પ્રહાર કરે છે, મોઢાથી પણ ઘોડાક કરે છે તેના મોઢામાં એર નથી પણ પુછીમાં છે. ( ૮ )

આ સૂક્તમાં સાપ અથવા વિંછીનું એર દૂર કરવા મધુનામની ઓષધિના ઉપયોગ કરવા કહ્યું છે. આ શર્તિય ઓષધિ છે, પણ તે કહ છે તે આજે કાઢને ખજાર નથી. વિષયાધાથી શરીર ઉપર જે પરિણામ થાય છે, તેનું વર્ણન મોઢામાં મંત્રમાં કહ્યું છે. બધાં સર્પવિષથી મનુષ્ય કદરૂપો અને વાંકો થઈ જાય છે આ સૂક્તનો આદીનો ભાગ સહેલો અને સુગોષ છે, તેથી તે વિષે વધારે લખવાની જરૂરી નથી.

## વિષ દૂર કરવું

કાંડ ૪, સૂક્ત ૬

( પ્રાપિ— ચક્રમાન । દેવતા— તક્ષકઃ । )

બ્રાહ્મણો જેઠે પ્રથમો દર્શશીર્ષે દર્શાસ્યઃ । સ સોમં પ્રથમઃ વર્ષૌ સ ચક્રારસં વિપમ્ ॥ ૧ ॥  
યાર્વતી ધાવાપૃથિવી વરિમ્ણા યાર્વતસુ સિન્ધવો વિતાષ્ટિરે ।

વાર્ચં વિપસ્ય દર્પણીં તામિતો નિરવાદિષમ્ ॥ ૨ ॥

અર્થ— ( પ્રથમઃ દર્શશીર્ષઃ દર્શાસ્યઃ બ્રાહ્મણઃ જાહે ) બધાથી પહેલાં દસ માથા અને દસ મોઢાવાળા બ્રાહ્મણ ઉત્પન્ન થયો, ( સઃ પ્રથમઃ સોમં વર્ષૌ ) તેણે પહેલાં સોમરસનું પાન કર્યું અને ( સઃ વિપં અ-રસં ચક્રાર ) તેણે વિષને સારાદિન બનાવ્યું. [ ૧ ]

( યાર્વતી ધાવાપૃથિવી વરિમ્ણા ) જેટલા ઊંચાક અને જુલોક વિસ્તારથી પ્રસરેલા છે, ( સત્ સિન્ધવઃ યાર્વત વિતાષ્ટિરે ) સાત નદીઓ જેટલી ફેલાયેલી છે, ત્યાં સુધી ( વિપસ્ય દૂર્પણીં તાં વાર્ચં ) વિષને દૂર કરનારી તે વાષ્ણિની ( દત્તા નિરવાદિષં ) અહીંથી મેં કહી દીધું છે [ ૨ ]

ભાવાર્થ— જ્ઞાની બ્રાહ્મણે સોમપાન કરી વિષને દૂર કર્યું ( ૧ )  
આ વિષ દૂર કરવાનો ઉપાય હું બહેર કરે છું. તે બધા જગતમાં પ્રસરે. ( ૨ )

સુપર્ણસ્ત્રી ગૃહસ્થાન્વિષં પ્રથમમાવયત્ । નામીમદ્રો નારુરુપ ઉતારસાં અમવઃ પિતુઃ ॥ ૩ ॥  
 યસ્ત આસ્યત્યજ્ઞાંજુરિર્વિકાચિદધિ ધન્વનઃ । અપસ્ક્રમ્મસ્ય શલ્યાન્નિર્વોચમહં વિષમ્ ॥ ૪ ॥  
 શલ્યાદ્વિષં નિર્વોચં પ્રાજ્ઞનાદુત વર્ણયેઃ । અપાદ્યાન્નૃક્ત્કુર્મલાન્નિર્વોચમહં વિષમ્ ॥ ૫ ॥  
 અરસસ્તં દ્યૌઃ શલ્યોડ્યૌં તે અરસં વિષમ્ । ઉતારસસ્ય વૃક્ષસ્ય ઘનુદે અરસારસમ્ ॥ ૬ ॥  
 યે અર્પિવન્યે અદિહન્ય આસ્યન્યે અવાસ્યજન્ । સર્વે તે વધ્રયઃ કૃતાઃ વધ્રિર્વિવગિરિઃ કૃતઃ ॥ ૭ ॥  
 વધ્રયસ્તે સ્વનિતારો વધ્રિસ્ત્વમસ્યોપધે । વધ્રિઃ સ પર્વતો મિરિર્યતો જાતમિદં વિષમ્ ॥ ૮ ॥

અર્થ— હે વિષ ! ( ગૃહસ્થાન્ સુપર્ણઃ ) વેગવાન ગરુડપક્ષીએ ( પ્રથમં ત્વા આવયત્ ) તને પ્રથમ ખાધું. તેને ( ન ભ્રમસિદઃ ) તે' ઉન્નત ન ક્યો અને ( ન અરુરુપઃ ) ન તો બેદોષ ક્યો, ( ઉત અસ્મે પિતુઃ અમવઃ ) પણ તું તેના મારે અગ્ન બની ગયો. [ ૩ ]

( ય. વજ્રાંશુરિ- ) એ પાંચ આંગળીવાળા પીર ( વક્રાત્ ચિત્તુ ઘમ્વનઃ અગ્નિ ) વાંકાધનુષ્યપરથી ( અપસ્ક્રમ- ) મમસ્ય શલ્યાત્ ) અધનથી નિકળેલા ખાણથી ( તે વિષં આસ્યત્ ) તારી અંદર વિષની ગતિ કરી છે, ( અહં વિષં નિર્વોચં ) મેં તે વિષને દૂર કહ્યું છે. [ ૪ ]

( શલ્યાત્ પ્રાજ્ઞનાત્ ઉત વર્ણયેઃ ) કસ્યથી, નીચલા ભાગથી, પાંચવાળી જગ્યાથી ( વિષં નિર્વોચં ) વિષ મેં દૂર કહ્યું છે. ( અપાદ્યાન્ નૃક્ત્કુર્મલાત્ ) ખાણની ટેવથી, સોંપથી અથવા ખાણના ખીખા ભાગ ખાનથી ( અહં વિષં નિર્વોચં ) મેં વિષને દૂર કહ્યું છે. [ ૫ ]

હે ( દ્યૌઃ ) ખાણ ! ( તે શલ્યા અરસઃ ) તારા ખાણની અણી સાર વમરની છે, ( અયો તે વિષં અરસં ) અને તારું વિષ સારરહિત છે. હે ( અરસઃ ) સહીન શુભ ! ( ઉત અરસસ્ય વૃક્ષસ્ય તે ઘનુઃ ) સારરહિત વૃક્ષનું તારું ધનુષ્ય ( અરસં ) નિ સત્વ થઇ બપ. [ ૬ ]

( યે અર્પિવન્ ) જેમણે પીર્યું છે, ( યે અદિહન્ ) જેમણે લેપ કર્યો છે, ( યે આસ્યન્ ) જેમણે રેંઠ્યું છે, ( યે અવાસ્યજન્ ) જેમણે વૃક્ષ ઉપર ઠાણ્યું. ( સર્વે તે વધ્રયઃ કૃતાઃ ) તે બધાને નિર્બળ ક્યો છે, ( વિવગિરિઃ વધ્રિઃ કૃતઃ ) વિષપર્વતને પણ નિર્બળ કર્યો છે. [ ૭ ]

હે ( વોદયે ) વિષની ઓપધિ ! ( તે સ્વનિતારઃ વધ્રયઃ ) તને ખેડનારા નિઃસત્વ થયા, ( સ્થં વધ્રિઃ અસિ ) તું પણ નિ સત્વ છે, ( સ પર્વતઃ મિરિઃ વધ્રિઃ ) તે પર્વત અને પહાડ પણ નિર્બળ થયા ( યતા દ્વં વિષં જાતં ) બપાંથી આ વિષ ઉત્પન્ન થયું છે [ ૮ ]

ભાવાર્થ— ગરુડ પક્ષીને વિષની ખાખા થતી નથી, તે ક્ષેર ખાય છે પણ તેને ન તો તેનો ઉન્નતાદ યદે છે અથવા ન તો બેદોષો આવે છે. વિષ તો તેના મટે અગ્ન જેવું છે. ( ૩ )

વીર લોકો જે વિષ સમારેલા બાણ મારે છે, તેનાથી અને તે વિષ દૂર કરીએ છીએ. ( ૪ )

ખાણના અચભાગથી, અધ્વભાગથી અને બાકી ભાગ ભાગથી અગ્ને ક્ષેર દૂર કરીએ છીએ. ( ૫ )

આ પ્રકારે બધા બાણ અને નિર્વિષ બનાવીએ છીએ. ( ૬ )

જે ક્ષેરને પીએ છે, તેના લેપ બાણ ઉપર કરે છે, જે બાણ ફેંકે છે અથવા લેપે છે, તેમના બધા પ્રયત્નો આ રીતે નિર્વિષ થયા છે અને બધું વિષ પણ નષ્ટાત્ સિદ્ધ થયું છે. ( ૭ )

આ પ્રકારે વિષવસ્તીને ખેડનારા અને જે પર્વત ઉપર વિષની વનસ્પતિ ઉગે છે તે પર્વત પણ નિ સત્વ બન્યો છે. ( ૮ )

### વિષ દૂર કરવાનો ઉપાય

આ સુકતમાં ક્ષેર દૂર કરવાના ઉપાય કહ્યા છે. પહેલો ઉપાય ' સોમપાન ' કરવું છે. સોમપાન કરવાથી વિષ દૂર થાય છે. ( મં. ૧ ) પ્રથમ મંત્રમાં આ ઉપાય કહ્યો છે, તેમાં કહ્યું છે કે ' દસ યાત્રા અને દસ મોહકાળો ખાંડાણુ પહેલાં

ઉત્પન્ન થયો, તેણે સોમયાગ કર્યું જેથી વિષનાથા યદ્ય નહિ. 'આમાં 'દશરોગ' અને દશાસ્ય' શબ્દ 'અ' લાગુના વિશેષણ છે. શીર્ષ' શબ્દ શુદ્ધિનો અને આસ્ય શબ્દ વસ્તુત્વનો વાચ્ય છે. દસ ગણો શુદ્ધિમાન અને દસ ગણો વિદ્વાન, એવો ભાવ આ શબ્દોનો છે જે એવો વિદ્વાન સોમયાગ કરી તે યદ્યનો ખાફી રહેલ સોમરસ પીએ છે તેને વિષ-આથા થતી નથી, એવો આશય અહીં છે એમ લાગે છે. 'આ સોમયોગથી વિષનાથા દૂર થાય છે.' એવી યોગ્યતા બધા જગતમાં કરવી. ( મં. ૨ ) જેથી સર્વત્ર સોમયાગ થતા રહેશે અને બધા દેશ નિર્વિષ થશે. જળ-વાયુને નિર્વિષ અને નિર્વિષ કરવાનો ઉપાય સોમયાગ છે.

ખીન્ન ઉપાય ગરૂ પડે ખીન્નો છે ગરૂ સાપ વગેરે વિષ જન્મ્યોને ખાવ છે, તેમનું ઝેર તેના પેટમાં જાય છે પણ તેને વિષનાથા થતી નથી, માત્રો કે ઝેર તેનું અજ છે. આ વિષે તથ્ય સંશોધન કરવામાં આવે તો ઝેર દૂર કરવાનો ઉપાય મળી રહેશે એવો સંભવ ખરો રોધ કરનારા વાચકોએ ગરૂની પાચનશક્તિ વિશે રોધ કરવી અને લાભ મેળવવો.

ખીન્ન મંત્રોનો વિષય યુદ્ધમાં ઝેર ચોપડેલા બાણ લાગવાથી વિષનાથા થાય છે, તે વિષેનું વિષ દૂર કરવા વિષે છે. આ વિષય અમારા ખ્યાનમાં આવતો નથી, માટે તે વિષે અમે કંઈ વધારે લખી શકતા નથી.

## વિષ દૂર કરવું

ઠાંક ૪, સૂકેત ૭

( ઋષિઃ— ગરૂમાન. દેવતા— વરુણતિ. )

વારિદં વારયાતૈ વરુણાવત્યામાર્ષિં તન્નામૃતસ્યાસિકું તેનાં તે વારયે વિષમ્ ॥ ૧ ॥

અરસં પ્રાચ્યં ચિપમરસં યદુદીચ્યમ્ । અગ્રેદમંઘરાચ્યં કરમ્મેણ વિ કલ્પતે ॥ ૨ ॥

કરમ્મં કૃત્વા તિર્યૃ પીયસ્પાકમુંદારાધિમ્ । છુધા કિલ્ ત્વા દુદનો જસિવાન્તસ ન રૂરુપઃ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( વારુણાવત્યાં મર્ષિ ) વારુણનામક એપધિમાં રહેનારો, ( હૃદં વાર વારયાતૈ ) આ રસ, જળ, વિષને દૂર કરે છે ( તન્ન મમૃતસ્ય આસિકું ) ત્યાં અમૃતનો સ્ત્રોત છે ( તેન તે વિષ વારયે ) તેથી હું તાર વિષ દૂર કરું છું. [ ૧ ]

( પ્રાચ્યં વિષં અ-રસં ) પૂર્વદિશાનું વિષ અરસ એટલે રસહીન થાય. ( યત્ ઉદીચ્યં અરસં ) જે ઉત્તર દિશામાં વિષ હોય તે પણ રસહીન બને, ( અથ હૃદં અઘરાચ્ય ) હવે જેની જેની દિશાનું વિષ છે તે ( કરમ્મેણ વિકલ્પતે ) દહીંથી નિષ્કળ બને છે. [ ૨ ]

હે ( યુન્મત્તનો ) દોષયુક્ત શરીરવાળા ! ( તિર્યૃ તિલ્ચં ) તથોનું ( યોગ ન-પાક ) ધીની સાથે પકાવેલું, ( ઉદારાધિ = ઉદર-ધિ ) પેટને ઠીક કરનાર, ( કરમ્મં ) દહીં મિશ્રિત અન્ન ( છુધા કિલ્ જસિવાન્ ) જૂખને અનુકૂલ ખવાશે તો ( સ-ત્વા ન રૂરુપઃ ) તે તને બેહોશ થવા દેશે નહિ. [ ૩ ]

આવાર્થ— વારુણ નામક એપધિનો રસ વિષને દૂર કરે છે તેમાં જે અમૃતનું અરણ્ય છે તેથી વિષ દૂર થાય છે ( ૧ )

તેથી પૂર્વ અને ઉત્તરનું ઝેર દૂર થાય છે નીચલા બાગનું વિષ દહીંના પ્રયોગથી નિષ્કળ નિવડે ( ૨ )

ઝેર શરીરને બગાડે છે તે માટે તવમાં પુષ્કળ ધી નાખી તેના ઉત્તમ પાક બનાવી, દહીં સાથે ભેળવી પોતાની પેટની રીપતિ અને જૂખને અનુકૂલ આવે એવી રીતે ખાવામાં આવે તો ઝેરથી આબનારી મૂર્છા દૂર થાય ॥ ( ૩ )



યિ તે મદં મદાવસિ શરમિય પાતયામસિ । પ્ર ત્વા ચરુમિન્ વર્ષન્તં વર્ષસા સ્થાપયામસિ ॥ ૪ ॥  
 પરિ ગ્રામમિવાર્ષિતં વર્ષસા સ્થાપયામસિ । વિષ્ણુ વૃધ ઇવ સ્યામ્ન્યર્થિલાતે ન રૂરુપઃ ॥ ૫ ॥  
 વચસ્તેસ્ત્વા પર્યંકીળન્દુર્શેઠિરજિનેતૃત । પ્રકીરંસિ ત્વર્માવષેઽર્થિલાતે ન રૂરુપઃ ॥ ૬ ॥  
 અનાસા યે વઃ પ્રથમા યાનિ કર્માણિ ચક્રિરે । વીરાત્તો અપ્ર મા દમન્તર્દ પૃતસ્પુરો દધે ॥ ૭ ॥

અર્થ— દે ( મદાવસિ ) બેઠેલી સાવનારી ! ( તે મદ શરં હવ વિ પાતયામસિ ) તારી બેઠેલીને બાળી  
 જેમ દૂર ફેંકી દઇએ છીએ અને ( ચેષન્તં ચરં હવ ) ચૂનાના પાસણુની જેમ ( સ્થા વચસા પ્રસ્થાપયામસિ ) તને વચા  
 ઔપધિયા અને દહાપીએ છીએ. [ ૪ ]

( વાચિતં ગ્રામં હવ ) ગેશા થએલા ગામગ્રામો લોકોની જેમ તમને અને ( વચસા પરિ સ્થાપયામસિ ) વચા  
 ઔપધિયા બધા પ્રકારે અને શોભાવીએ છીએ. ( સ્યામ્ન્યર્થિ લુલ્હ ઇવ તિષ્ઠ ) જમ્યા ઉપર વૃક્ષની જેમ સ્થિર રહે. દે  
 ( અર્થિલાતે ) કાણીથી બેઠેલી ! તું ( નઃ રૂરુપઃ ) બેઠેલ કરી કચેરી નહિ. [ ૫ ]

( વચસ્તે દુર્વોમિા ડત્ત અર્જિને ) એકદશની આદર, દુશાસા અને કૃષ્ણાનિતે જેવી જ, દે ઔપધિ । તું ( પ્રકીરં  
 સિ ) વેચવાની વસ્તુ છે. દે ( વીરાત્-સાને ) કાણીથી બેઠેલી ! તું ( ન રૂરુપઃ ) ચૂંચિત કરી નથી. [ ૬ ]

( યે પ્રથમા અનાસાઃ ) જે પહેલા ક્રોશાની પુરુષ હતા તેઓએ ( યઃ યાનિ કર્માણિ ચક્રિરે ) તમારા માટે  
 જે કંઈ કર્યા છે, તે ( ના વીરાત્ અપ્ર મા દમન્તર્ ) અમારા વીરોને અહીં કષ્ટ ન આપે. ( તત્ પૃતસ્પુરઃ પુરઃ દધે )  
 તે આ બધું હું તમારી સામે મદું છું. [ ૭ ]

ઔપધિ— ઔપધિના ઝેરથી મૂર્ખા બનવા બેઠેલી આવે તો તે માટે વચા ઔપધિને પ્રયોગ કરવો, તેથી બેઠેલી  
 થાય છે. ( ૪ )

વચા ઔપધિ પ્રયોગથી ઝેર પાતાની અસર કરી ટાકડ નથી અને બેઠેલી દૂર થાય છે. ( ૫ )

આ ઔપધિ એક વેચવાની એક વસ્તુ છે તેથી મૂર્ખા દૂર થાય છે, માટે આ જુદી જુદી વસ્તુઓ આપી ખરીદી  
 રાકાય છે. ( ૬ )

આના પ્રકારના ઔપધિ પ્રયોગના પ્રાચીન જ્ઞાની વૈદ્યોએ જે જે ચિકિત્સાઓ કરી છે, તેમજ સ્પર્શ કર અને તે પ્રકારે  
 પોતાના બાલકોના, તેમજ પુરુષને વિનાશથી બચાવે, એ જ અપ્રાદ કહેવું છે ( ૭ )

### બે ઔપધિઓ

આ સૂકતર્મા વાસ્તુ અને વચા આ બે ઔપધિને ઉપયોગ વિષે દૂર કરવા માટે કહી છે.

પેટમાં ઝેર જવાથી મૂર્ખા આપણા લાગે તો તલ અને લાળ હાથે સાથે ખાવાનો ઉપાય ગ્રીળ મંત્રમાં કહેા છે.

[ સૂત્રના — આ સૂકત તેમજ બીજા ચિકિત્સા બેઠે સંબંધ ધરાવનાર સૂકતો છે, તેમના વિચાર યાની વૈદ્યોએ  
 કરવો, કારણ કે ઔપધિવાચક સૂકતોના અર્થ થણા પ્રકારથી થાય છે અને કેવળ બાલકવિદ્યાનથી આ વિષયનો ઉદ્દેશ થતો  
 નથી. માટે વૈદ્યકીય પ્રાચીન પરંપરા ભાષ્યનારા સારા વૈદ્યો અને આ વિષયની શોધપોષણ કરશે, તો તેથી જનતાને મજા મોટા  
 લાભ થશે. કેવળ બાલકવિદ્યાની આવા સૂકતોના જે અર્થ કરે છે, તેને સુવિધ વૈદ્યો જ સારી રીતે સુધારી શકે છે તથા અર્થના  
 સત્ય-અસત્યનો નિષ્ણય પણ તેઓ જ કરી શકે છે. ]

# સર્પવિધ દૂર કરવું

કાંડ ૧૦, સૂક્ત ૪

( કાવિ:— મરમાત્ । દેવતા- તથકઃ । )

હન્દ્રસ્ય પ્રથમો રથો દેવાનામપરો રથો વરુણસ્ય તૃતીયઃ इत् ।

અહીંનામપમા રથં સ્થાણુમારંદ્યાર્પિત્ ॥ ૧ ॥

દુર્મઃ શોચિસ્તુરુણક્રમશ્ચસ્ય ચારઃ પરુપસ્ય ચારઃ । રથસ્ય ચન્ધુરમ્ ॥ ૨ ॥

અર્થે શ્વેત પદા જહિ પૂર્વેણ ચાપરેણ ચ । ઉદપ્લુતમિવ દાર્વહીનામરસં વિપં ચારુગ્રમ્ ॥ ૩ ॥

અરંધુપો નિમજ્જ્યોન્મજ્જ્ય પુનરન્નવીત । ઉદપ્લુતમિવ દાર્વહીનામરસં વિપં ચારુગ્રમ્ ॥ ૪ ॥

પૈદ્રો હન્તિ કસર્ણોલં પૈદ્રઃ શ્ચિન્નમુતાસિતમ્ । પૈદ્રો રથર્ચ્યાઃ સિરઃ સં વિમેદ પૃથાકઃ ॥ ૫ ॥

પૈદ્ર પ્રેહિ પ્રથમોડનું ત્વા વ્યમેમસિ । અહીન્વ્યસ્યતાત્પથો યેન સ્મા વ્યમેમસિ ॥ ૬ ॥

હદં પૈદ્રો અજાયતેદમસ્ય પરાયણમ્ । હમાન્યર્થતઃ પદાહિન્વ્યો વાજિનીવતઃ ॥ ૭ ॥

સંયતું ન વિ પ્પરત્ત્વાતું ન સં યમત્ । અસ્મિન્શેત્રે દ્વાવંહી સ્ત્રી ચ પુમાંશ્ચ તાવુમાર્ષરસા ॥ ૮ ॥

અર્થ— ( હન્દ્રસ્ય પ્રથમઃ રથઃ ) ધન્વનો પહેલો રથ છે, ( દેવાનાં અપરઃ રથઃ ) દેવોનો બીજો રથ છે, ( વરુણસ્ય તૃતીયઃ इत् ) વરુણનો ત્રીજો છે, ( અહીનાં અપમા રથઃ ) સાપોનો રથ નીચ ગતિવાળો છે જે ( સ્થાણુ આરત્ અથ કાવત્ ) થાંભલા ઉપર ચાલે છે અને નાચ પામે છે. [ ૧ ]

( દુર્મઃ, શોચિઃ, સ્તુરુણકં ) ક્રુષ, આમ, ધાસનો એક પ્રકાર અને ( અશ્વસ્ય ચારઃ પુરુષસ્ય ચારઃ ) અશ્વ-વાર અને પુરુષવાર આ બધી ઔષધિઓ તેમજ ( રથસ્ય ચન્ધુરમ્ ) રથ-બધુર અથવા નાભી આ બધા સર્પવિધને દૂર કરે છે. [ ૨ ]

હે ( શ્વેત ) મેન ઔષધિ ( પૂર્વેણ અપરેણ ચ ) પૂર્વ અને ઉત્તર ( પદા અથ જહિ ) પહેલી ઝેરનો નાચ કર. તેથી ( વિપં ઉપં અરસં ) બપાનક ઝેર પણ નીરસ બની જાય. ( ઉદપ્લુતં દારુ इव ) ભરેલા પાણીમાં પડેલી લાકડી જેમ વિષ વધી જાય. [ ૩ ]

( અરંધુપઃ નિમજ્જ્ય ઉન્મજ્જ્ય ) અશંધુર ઔષધિ નિમજ્જન અને ઉન્મજ્જન કરી ( પુનઃ અન્નધીત્ ) ફરી કહેવા લાગી કે ઉન્ન બપાનક ઝેર પણ સારદીન થઈ જશે જેમ પાણીમાં લકડી ધાપ છે. [ ૪ ]

( પૈદ્રઃ કસર્ણોલં શ્ચિન્નં ઉત અસિતં ) પૈદ્ર, કસર્ણોલ, શ્ચિન્ન અને અસિત સાપોને મારે છે, ( પૈદ્રઃ રથર્ચ્યાઃ પૃથાકઃ સિરઃ સં વિમેદ ) પૈદ્ર, રથર્ચ્યા અને પૃથાકનું માથું તોડી નાંખે છે. [ ૫ ]

હે ( પૈદ્ર ) પૈદ્ર ( પ્રથમઃ પ્રેહિ ) તું પહેલાં આજો જા, ( ત્વા અનુ વયં યમસિ ) અમે તારી પાછળ આવીશું અને ( યેન વયં યમસિ ) જે રસ્તે અમે જઇશું તે ( વયઃ અહીન્વ્ય વ્યસ્યતાત્ ) માર્ગમાંથી સાપોને દૂર કરી દે. [ ૬ ]

( હદં પૈદ્રો અજાયત ) આ પૈદ્ર થયો છે, ( હદં અસ્ય પરાયણં ) આ તેનું પરમરથાન છે. ( વાજિનીવતઃ અહિન્વ્યઃ અર્થતઃ ) બળવાન સર્પનાશક અર્વાના ( હમાનિ પદા ) આ પગના ચિન્હો છે. [ ૭ ]

( સંયતું ન વિ પ્પરત્ત્વાતું ) સર્પનું બધું મુખ ખુલે નહિ અને ( વ્યાસં ન યમત્ ) ખુલ્લું થએલું બંધ થાય નહિ. ( અસ્મિન્ શેત્રે દ્વો અહીં ) આ ખેતરમાં બે સાપ છે, ( સ્ત્રી ચ પુમાન્ ચ ) એક સ્ત્રી અને બીજો પુરુષ છે, ( તૌ ડમો અરસો ) તે બંને સારદીન બની જાય. [ ૮ ]

અરસાસે દુહાદયો યે અન્તિ યે ચ દૂરકે । યતેનં દન્તિ વૃથિકમહિં દુષ્ટેનાગતમ્	॥ ૯ ॥
અઘાશ્વસ્પેદે મેવજમુખયોઃ સ્વજસ્ય ચ । દન્ત્રો મેઽહિમવાપન્તમહિં પેદ્રો અરન્ધયત્	॥ ૧૦ ॥
પેદ્રસ્ય મન્મદે વ્યયં સ્થિરસ્ય સ્થિરધાન્નઃ । દુમે વૃથા પૃદાકવઃ પ્રદીપ્યત આસતે	॥ ૧૧ ॥
નૃષાસત્વો નૃષધિવા હતા દન્ત્રેણ વજ્રિણાં । જ્વાનેન્દ્રોં જમિમા વ્યમ્	॥ ૧૨ ॥
તાસ્તિરાધિરાજયો નિર્વિષાસઃ પૃદાકવઃ । દર્શિં કરિફતં શિવત્રં દર્મેષ્વસિતં જહિ	॥ ૧૩ ॥
કૈરાતિકા કુમારિકા સુકા રત્નતિ મેવજમ્ । દિરખ્યયોમિરમ્રિમિર્ગીરીવામ્બુ સાનુપુ	॥ ૧૪ ॥
આયમંગ્યુવા મિપવૃન્નિદાપરાજિતઃ । સ ચૈ સ્વજસ્ય જન્મનં તુમયોર્વૃથિકસ્ય ચ	॥ ૧૫ ॥
દન્ત્રો મેઽહિમરન્ધયન્મિત્રસ્ય ઘરુણસ્ય । વાતાપર્જન્યોઽમા	॥ ૧૬ ॥
દન્ત્રો મેઽહિમરન્ધયત્પૃદાકું ચ પૃદાકમ્ । સ્વજં તિરશિરાજિ કસુબીલં દશોન્નતિમ્	॥ ૧૭ ॥
દન્ત્રો જ્વાન પ્રથમં જનિવારંમદે તવ । તેષામુ તુષમાણાનાં કઃ સ્વિત્ષેપામસદ્રસઃ	॥ ૧૮ ॥

અર્થ— (૧૮) યે અન્તિ યે દૂરકે ) બહાર ને પાસે અને ને દૂર, (અહ્ય. અરસાસઃ) સાપ છે તે સારદીન ચક્ર  
નય. ( ઘતેન દન્તિ વૃથિક ) હોનેગથી લીધેને મારે છુ અને ( માયતં અર્થિ દુષ્ટેન ) આવેલા સાપને ભાગીથી  
મારે છુ. [ ૯ ]

( અઘાશ્વસ્ય સ્વજસ્ય ચ ) અપાશ અને રત્ન આ ( હમયોઃ દર્શ મેવર્જ ) નંનેની આશ દવા છે, (દંદ્ર  
મે અઘાયત્તં મહિ) દંદ આરા ઉપર આક્રમણ કરનારા સાપને તેમજ ( પેદ્રઃ મહિ અરન્ધયત્ ) પેદ્ર સાપને નષ્ટ  
કરે છે. [ ૧૦ ]

( સ્થિરસ્ય સ્થિરધાન્ન. પેદ્રસ્ય ) સ્થિર અને અમ્લ ધાતુવાળા પેદ્રની મદિમા ( વ્ય મન્મદે ) અમે મનન  
કરીએ છીએ, જેની ( વજ્ર ) પાછળ ( દુમે વૃથાકવ પ્રદીપ્યતઃ આસતે ) આ પૃદાક નામક સર્પ નેના નાશ કરે ઉભા  
રહે છે. [ ૧૧ ]

( નૃષાસત્વો નૃષધિવા ) જેમના પ્રાણ અને એર નાશ પામ્યાં છે, ( દન્ત્રેણ વજ્રિણા હતાઃ ) જે વજ્રધારી  
દંદિ માર્યાં છે, જેમને ( દન્ત્રઃ જ્વાન ) દંદિ માર્યાં છે અને ( જયં જમિમા ) અમે પણ સાપને મારીએ છીએ. [ ૧૨ ]

( તિરશિરાજયઃ હતાઃ ) ત્રાસી સીટીરાણા સાપ માર્યાં ગયા, ( પૃદાકવ નિર્વિષાસઃ ) પૃદાક સાપ પીસાપ  
ગયા, ( દર્શિં કરિફતં શિવત્રં ) દર્શિ, કરિફત અને કૃષિત ભલિયા સાપને તેમજ ( અસિતં દર્મેષુ જહિ ) કાળા  
સાપને હોમા માર. [ ૧૩ ]

( સુકા કૈરાતિકા કુમારિકા ) આ લીલની છોકરી ( દિરખ્યયોમિર મિર્ગીરી ) લેખડની કોદાળીથી  
( ગિરીણાં સાનુપુ ) પહાડીની રેખ ઉપર ( મેવર્જં ડવ જનતિ ) બેસાવે મારે ખોદે છે. [ ૧૪ ]

( અયં સુવા પૃદિત્તહા ) આ જ્વાન સર્પનાશક ( અપરાજિત મિપવૃ ) અપરાજિત વેદ આવે છે. ( સઃ  
ચૈ સ્વજસ્ય વૃથિકસ્ય ) તે ખાતીથી સ્વજ નામના સર્પનો અને વૃજી આ ( હમયોઃ જન્મનં ) નંનેનો નાશ  
કરનારો છે. [ ૧૫ ]

( દન્ત્રઃ મિત્રઃ ઘરુણસ્ય ) હન્દ્ર. સરખ અને વરુણ ( મે મહિં પૃદાકું ચ અરન્ધયત્ ) એઓ મારી પાસે  
આવેલા સાપને મારે છે તેમજ ( વાતા-પર્જન્યો ડમા ) વાયુ અને પર્જન્ય આ બંને પણ સાપને મારે છે. [ ૧૬ ]

પદાક, પદાકવ, રન્ધ્ર, તિરશિરાજ, કસુબીલ, દશોન્નતિ આ સાપોની ભલિઓને ( દન્ત્રઃ અરન્ધયત્ ) હન્દ્ર મારી  
નામે છે. [ ૧૭ ]

હે ( અહ ) સાપ ! ( તવ પ્રથમં જનિવારં ) તને પહેલાં ઉત્પન્ન કરનારનો ( દન્ત્રઃ જ્વાન ) હન્દ્ર નાશ કરે  
છે. ( તેષાં તુષમાણાનાં ) તેમના નાશને આપ કએલાઓનાં ( તેષાં કઃ સ્વિત્ષ રસઃ અસત્ ) શું તેમનો કંઈ રસ  
રહે છે ? એટલે તે બધા પણ મરી જાય છે. [ ૧૮ ]

સં હિ શીર્ષણ્યગ્રમં પૌજિષ્ઠ ઇવ કર્ષરમ્ । સિન્ધોર્મચ્ચં પુરત્ય વ્યર્જિ નિજમ્હેવિવિપમ્ ॥ ૧૯ ॥  
 અહીનાં સર્વેપાં વિપં પરાં વહન્તુ સિન્ધવઃ । હતાસ્તિરંથિરાજયો નિર્પિષ્ઠાસુઃ પૃદાકવઃ ॥ ૨૦ ॥  
 ઓપંધીનામહં વૃણ ઉર્વરીરિવ સાધુયા । નયામ્બર્વેતીરિવાહે નિરૈતું તે વિપમ્ ॥ ૨૧ ॥  
 યદુગ્રો ધૃર્ષે વિપં પૃથિવ્યામોપંધીયુ યત્ । કાન્દાવિપં કનકકં નિરૈત્વૈતું તે વિપમ્ ॥ ૨૨ ॥  
 યે અગ્નિજા ઓપધિજા અહીનાં યે અપ્સુજા વિદ્યુત આવમૂઘઃ । ॥ ૨૩ ॥  
 યૈષાં જ્ઞાતાનિં વહુધા મહાન્તિ તેમ્યઃ સુર્પેમ્યો નમસા વિધેમ ॥ ૨૪ ॥  
 તૌદી નામાસિ કન્યાઃ યુતાચી નામ વા અસિ । અધસ્પદેનં તે પદમા દંદે વિપદૂર્પણમ્ ॥ ૨૫ ॥  
 અક્ષાદહ્વાત્પ્ર ચ્યાવયુ દ્વદયં પરિં વર્જય । અધાં વિપસ્ય યત્તેજોઽવાચીનું તદૈતુ તે ॥ ૨૬ ॥  
 આરે અભૂદ્વિપમરોદ્વિપે વિપમંપ્રાગપિ । અગ્નિવિપમહેનિરંધાત્સોમો નિરંણયીત્ । ॥ ૨૬ ॥  
 દુંદારમન્વગાદ્વિપમર્હિરમૃત

અર્થ— હું સાપોના ( શીર્ષણિ અગ્રમં ) મારા પકડું ( ઇવ ) જેમ ( પૌજિષ્ઠઃ સિન્ધોઃ કર્ષરં મચ્ચં પુરત્ય )  
 કેવલ નદીના ઉપા મધ્યભાગમાં જેમ સહેલાઈથી પાછો આવે છે, તે પ્રકારે હું પણ ( મહેઃ વિપં વ્યાનેજં ) સાપનું એર  
 વિશેષ પ્રકારે નષ્ટ કરું છું. [ ૧૯ ]

( સર્વેપાં અહીનાં વિપં ) જેમ સાપોના વિપને ( સિન્ધવઃ પરા વહન્તુ ) નદીઓ દૂર પહોં લઇ જાય. આ પ્રકારે  
 તિરથિરાજ અને પૃદાકુ ભતિના બધા સાપ માર્યા ગયા છે. [ ૨૦ ]

( અહં ઓપંધીનાં ઉર્વરીઃ ઇવ સાધુયા વૃણે ) હું ઓપધિઓને ઉપગમક ભૂમિ ઉપર આનાજ ઉગે છે તેમ  
 સહેલાઈથી પ્રાપ્ત કરું અને ( અર્ચસીઃ ઇવ નવામિ ) તેમને લઇ જાઉં, તેથી હે ( અહે ) સાપ ! ( તે વિપં નિઃ પેતુ )  
 તારું એર દૂર થઇ જાય. [ ૨૧ ]

( યત્ વિપં અગ્રો પૃથિવ્યાં ઓપાધિયુ ) જે એર અગ્નિ, ભૂમિ અને ઓપધિમાં છે, તેમજ જે ( કાન્દાવિપં  
 કનકકં ) કંઠોમાં તેમજ પુનરપતિમાં વિશેષ પ્રકારે ભેગું થાય છે, તે તારું એર ( નિઃ પેતુ પેતુ ) નિઃશેષ આશું જાય. [ ૨૨ ]

( યે અગ્નિજાઃ ઓપધિજાઃ ) જે અગ્નિથી ઉત્પન્ન, ઓપધિઓમાં ઉત્પન્ન, ( યે અહીનાં અપ્સુજાઃ ) જે સાપોના  
 જળમાં ઉત્પન્ન, ( વિદ્યુતઃ આવમૂઘઃ ) જે વિજળીથી પ્રગટ થાય છે, ( યૈષાં જ્ઞાતાનિં વહુધા મહાન્તિ ) જેમની  
 અનેક પ્રકારની ભતિઓ છે, ( તેરંધઃ સુર્પેમ્યઃ નમસા સિચેષ ) તે સાપોને અમે નમન કરીએ છીએ. [ ૨૩ ]

( તૌદી નામ યુતાચી નામ ) તૌદી અને યુતાચી આ નામોની ( કન્યા અસિ ) કન્યા નામની એક ઓપધિ  
 છે. ( અધઃ પદેનં તે વિપદૂર્પણં પદં આદ્દે ) નીચેના વિપનાશક ભાગ સાથે તારું મૂળ હું પ્રાપ્ત કરું છું. [ ૨૪ ]

હે ઓપધિ ! તું ( વંગાત્ વંગાત્ ) પ્રત્યેક અવયવથી ( પ્ર ચ્યાવય ) વિપને દૂર કર, ( દ્વદયં પરિવર્જય )  
 હૃદયને પણ મુક્ત કર, ( વિપસ્ય યત્ તેજઃ ) વિપની જે ચમકે છે, ( તસ્ય તે અવાચીનં પેતુ ) તે તારા શરીરથી  
 નીચેની બાલુએ દૂર નિકળી જાય. [ ૨૫ ]

( વિપં આરે અમૃત ) એર દૂર થયું, ( વિપં અરૌત્ ) એર આશું થયું, ( વિપે વિપં અગ્રામ્ અપિ ) વિપમાં  
 વિપ મળી પહેલાં જેમ વિપરહિત થઇ ગયું. ( અહેઃ વિપં અગ્નિઃ નિરંધાત્ ) સાપનું એર અગ્નિ દૂર કરે છે, ( સોમઃ  
 નિરંણયીત્ ) સોમ ઓપધિ એર દૂર કરે છે. ( દુંદારં વિપં અન્વગાત્ ) દંશ કરનાર સાપને એર પહોંચ્યું અને તેનાથ  
 ( અદિઃ અમૃત ) તેજ સાપ મરી ગયો. [ ૨૬ ]

આ આખું સકળ સર્પવિષને દૂર કરવા માટે છે, એમાં કેટલાક વ્યવધિઓનાં નામ આપ્યાં છે, પણ તે સારા પેલોજ નાથી કો છે આ શૃવન મરુજનો વિષય દોષાથી કેવળ સ્પર્શોય ભોમ તે વિષે કંઈ લખવું રોગ્ય નથી. વેદવિદ્યા ન જાણનારએ કંઈ ન લખવું વધારે સારું, એમ તો સૂત્રનો અર્થ સુખમ, સુખેષ, સરસ અને રપટ જ છે, પણ કેટલાક મંત્રો મંત્રજ્ઞાતની દષ્ટિએ જોવા એવા છે અને કેટલોક કુત્ર અર્થ વિદ્યાજ્ઞાતની મદદની ખુશા યાવ એવા છે, તેથી તે વિષયોના વિશિષ્ટો તે વિષે વધારે સોધબોધ કરે, એટલું જ અહીં કહી શકાય.

## સર્પવિષ દૂર કરવું

કાંક ૫, સૂકેત ૧૩

(ઋષિ:-વશિષ્ઠાચાર્ય । દેવતા:- તલકઃ, વિષ્ણુ ।)

તુદિહિ મહાં વરુણો દિવઃ કૃષિર્વૈષ્ણોમિતુર્ગ્રામિ રિણામિ તે વિષમ્ ।

ચાતમર્ણાવમુત સક્તમર્મમર્મિરેવ ધન્વન્નિ જંજાસ તે વિષમ્

॥ ૧ ॥

યત્તે અપૌદકં વિષં તત્ત્વં દૃષ્ટાસ્વપ્રમમ્ ।

ગુહ્યાર્મિ તે મરુમહુત્તમં રસંપુતાવમં મિયતાં નેદ્રદાદું તે

॥ ૨ ॥

દૃષ્ટાં મે રથૌ નર્મસા ન તન્યતુલ્યેણ તે વર્ષસા યાચ આદું તે ।

અહં તમસ્પુ નૃર્મિરમ્મં રસું તમસ હવ જ્યોતિર્દેતુ સૂર્યઃ

॥ ૩ ॥

અર્થ — ( દિવઃ કષિઃ વરુણઃ હિ મહાં દાવિઃ ) દુષ્ટોક્તના કૃષિવરુણે અને ઉપરોક્ત આપ્યો છે કે (ઉપ્રેઃ યલોમિઃ તે વિષં નિરિણામિ ) બળવાન વચનો વડે તારે એર દૂર કરે છું. ( જ્ઞાતં મજ્ઞાતં હત સત્ત્વં ) ધા વધારે ઉડે કયો દોષ અથવા ન કયો દોષ અથવા એર કેવળ ઉપર ચોટેલું દોષ, એવા બધા વિષને ( અમ્મમં ) દૂં લઉં છું ( ધન્વાન દૃષ્ટા હવ ) રેતીના રથાનમાં જેમ પાછીની ધારા નટ થાય છે, તે પ્રમારે ( તે વિષં નિજ્જાસ ) તારા એરનો નિર્ગોળ નાશ કરે છું. [ ૧ ]

( યત્તે અપ-ઉદકં વિષ ) એ તારે જલરોપક એર છે, ( તત્ત્વં તે યત્તાસુ અમ્મમ ) ને તારે એર એનામાં લઉં છું ( તે હતમ મરુમમં હત અમમં રસં ગુહ્યાર્મિ ) તારા ઉત્તમ, મધ્યમ અને નીચેના રસ પકડી લઉં છું ને ( આત્ હ તે મિયસા નેદ્રાત્ ) તારા બધાથી નટ થઇ જાય છે. [ ૨ ]

( મે રથૌ નર્મસા તમ્પુતઃ ન નૃવા ) મારા મુખ આકારથી મજાના જેમ બળવાન છે, ( ઉપ્રેઃ યલોમિઃ આત્ હ તે તે યાચ ) બળવાન વચનોથી નિશ્ચયપૂર્વક અને તનેજ આપા કરે છું ( અહં નૃમિઃ અસ્ય તે રસં વામમં ) મે મનુષ્ય સાથે તેના તે રસને લીધો છે, ( તમસઃ જ્યોતિઃ સૂર્યઃ હવ હદેતુ ) આ ધારામાંથી જ્યોતિ આપનાર સરજ જેમ આ ઉદયને પ્રાપ્ત થાય. [ ૩ ]

બાવાર્થ — દિવ્ય જ્ઞાતી કહે છે કે બળવાના વચનો વડે સાધનું એર દૂર થાય છે, એર જ આ ધારા દોષ, નાનકડા ઉકારામાં દોષ અથવા કેવળ ઉપર જ ચોટેલું દોષ, તેને દૂં પકડી નિરોધ કરે છે. ( ૧ )

સર્પનું એર રોષા છે તેને ઉપર, મંથમાં અને નીચેના બાજમાં પકડી લઉં છું અને સાધના જેવી બીજી તમને દૂર કરે છે. ( ૨ )

મારો મુખ પ્રસાવણી છે, તેથી વિષની બાધા દૂર કરે છું. મે બીજા મનુષ્યની મદદથી વિષના રસને સ્વખિત કરું છે, અને આ સૂરજ ઉદય સમાપ્ત બન્યું નથી. ( ૩ )

ચક્ષુષા તે ચક્ષુર્હન્મિ વિષેણ હન્મિ તે વિષમ્ ।

અહં ત્રિયસ્ય માર્જીવીઃ પ્રત્યગમ્યેતુ ત્વા વિષમ્

॥ ૪ ॥

કૈરાત પૃથ્વ ઉપતૃપ્ય ઘ્નન્ આ મૈ શૃણુતાસિતા અલીકાઃ ।

મા મૈ સત્પુઃ સ્તામાનમપિં છાતાશ્રાવયન્તો નિ વિષે રમધ્વમ્

॥ ૫ ॥

અસિતસ્ય તૈમાતસ્ય ઘ્ન્રોરપૌદકસ્ય ચ ।

સાત્રાસાહસ્યાહં મન્યોરવઃ વ્યામિવ ઘ્નન્નો વિ મુઞ્ચામિ રથોં હવ

॥ ૬ ॥

આલિંગી ચ ચિલિંગી ચ પિતા ચ માતા ચ ।

વિઘ્ન વઃ સર્વતો ઘ્નન્ઘ્નરસાઃ કિં કરિષ્યથ

॥ ૭ ॥

ઉત્તુગુલાયા દુહિતા જાતા દાસ્યસિક્ન્યા । પ્રતજ્ઞં દુદ્રુપીણાં સર્વોસામરસં વિષમ્

॥ ૮ ॥

અર્થ—(ચક્ષુષા તે ચક્ષુઃ હન્મિ) અખિ વડે તારા આંખનો નાશ કરું છું. (વિષેણ તે વિષં હન્મિ) એટલી તારા એરનો નાશ કરું છું હે (અહં ત્રિયસ્ય માર્જીવીઃ) સાપ! તું મરી જા, જીવતો ન રહે (વિષં ત્વા પ્રત્યક્ અમ્યેતુ) એર પાછું ફરી તારી પાસે આવી જાય [ ૪ ]

હે (કૈરાત, પૃથ્વે, ઉપતૃપ્ય, ઘ્નન્, અસિતાઃ, અલીકાઃ) જંગલમાં રહેનારા, ટપકાવાળા, ઘાસમાં રહેનારા, ભૂરાંરંગના, કૃષ્ણ સર્પ અને નિંદનીય સાપો! (મે આશ્રુણુત) મારૂં આપણુ સંભળો. (મે સત્પુઃ સ્તામાનં અપિ મા ક્યાત) મારા મિત્રના ઘરની પાસે યોજતા નહિ. (આશ્રાવયન્તઃ વિષે નિ રમધ્વં) સંભળાવતા દૂર પોતાના એરમાં જ રમતા રહે [ ૫ ]

(અસિતસ્ય) કાળા, (તૈમાતસ્ય) ભેળવાળા સ્થાનમાં રહેનારા (ઘ્ન્રો) ભૂરાંરંગના, (ઘ્ન-ઉપતૃપ્ય) પછીથી દૂર રહેનારા અને (સાત્રાસાહસ્ય મન્યોઃ) બધાને પરાજીત કરનારા કોપી સાપની વિષબાધાને હું (વિમુઞ્ચામિ) ટીકી કરું છું, જે પ્રકારે (ઘ્નન્ઘ્ન-વ્યાં હવ રથાન્ હવ) ધનુષ્યમાંથી દોરી અથવા રથના બંધોને ટીકા કરે છે. [ ૬ ]

(આલિંગી ચ ચિલિંગી ચ) ચોટનારી અને ન ચોટનારી (પિતા ચ માતા ચ) તેમજ નર અને માદા (વઃ ઘ્નન્ સર્વતઃ વિઘ્ન) તમારા બધા લાઇઓને પણ અમે સારી રીતે જીતીએ બીએ, (ઘ્નરસાઃ કિં કરિષ્યથ) તમે નીરસ થયા પછી શું કરશો? [ ૭ ]

(ઉત્તુ-ગુલાયા દુહિતા જાતા) બધી હિંસક સાપજીની કન્યા (અસિક્ન્યાઃ દાસી) કાળી સાપજીની દાસી બની ગઇ, આ (દુદ્રુપીણાં સર્વોસાં) દાદર પેઠા કરનારી બધી સાપજીનું (પ્રતજ્ઞં વિષં મરસં) કષ્ટદાયક એર નીરસ થાય [ ૮ ]

કાવાર્થ—નિવધી વિષ દૂર કરું છું. હે સાપ! હવે તું મરી જા, જીવતો રહેતો નહિ તારૂં વિષ પાછું ફરી તારી પાસે જ આવી જાય. (૪)

જંગલમાં રહેનારા, ટપકાવાળા, ઘાસમાં રહેનારા ભૂરાં રંગના, કાળા અને કૃષ્ણિત એવા સાપ હોય છે. હે બધા સાપો! મારા મિત્રના ઘર પાસે યોજતા નહિ, દૂર કર્યા જઇ પોતાના એરમાં રો. (૫)

કાળો, ભેળવાળા સ્થાનમાં રહેનારો અને ભૂરાંરંગનો, પાણીના સ્થાનથી દૂર રહેનારો અને કોપી સાપની વિષ બાધાને હું દૂર કરું છું, ધનુષ્યપરથી દોરી કાઢતી નાખતા જેમ હું તેને દૂર કરું ॥ (૬)

વિષની બાધકતા નહ થવા પછી, સાપ નર હોય કે માદી, તેઓ શું તુકસાન કરશે? (૭)

હિંસક કાળી સાપજી અને દાદર ઉપત્ત કરનારી સાપજીનું એર નીરસ બને. (૮)

કર્ણાં શ્વાવિત્તદંત્રવીદ્રિરેવચરન્તિકા ।

યાઃ કાશ્વેમાઃ સ્વંનિશ્ચિમાસ્તાસામરસતમં વિષમ્

॥ ૧ ॥

તાણુવં ન તાણુવં ન ઘેસ્વમસિ તાણુવમ્ । તાણુવેનારસં વિષમ્

॥ ૧૦ ॥

તસ્તુવં ન તસ્તુવં ન ઘેસ્વમસિ તસ્તુવમ્ । તસ્તુવેનારસં વિષમ્

॥ ૧૧ ॥

અર્થ— ( કર્ણાં શ્વાવિત્ ) કાનવાળી સાહુડી ( ગિરેઃ અવચરન્તિકા ) પહાડની નીચે ફરનારી, ( તત્ અવધીત ) તે બોધી ( યાઃ કાઃ ચ દમાઃ સ્વનિશ્ચિમાઃ ) જે ઠાઠ આ બૂમિને બોદીને રહે છે, ( તાસાં વિષં મરસતમં ) તેમનું એક નીરસ ચાપ. [ ૬ ]

( તાણુવં ન તાણુવં ) તાણુવ દિ'સક નથી, ( સ્વં તાણુવં ન ઘ ઇત્ અસિ ) હું તાણુવ તો 'ખાતીથી દિ'સક નથી. ( તાણુવેન વિષં મરસં ) તાણુવ વડે એક નીરસ અને છે. [ ૧૦ ]

( તસ્તુવં ન તસ્તુવં ) તસ્તુવ પશુ નાશક નથી, ( સ્વં તસ્તુવં ન ઘ ઇત્ અસિ ) હું તસ્તુવ તો ખરેખર નાશક નથી જ. ( તસ્તુવેન વિષં મરસં ) તસ્તુવ વડે વિષ નીરસ અને છે. [ ૧૧ ]

બાવાર્થ— બધા પહાડી સર્પોનું વિષ નીરસ અને ( ૯ )

તાણુવ અને તસ્તુવ નામક પદાર્થથી ખાસ કરી સાપનું એક નિર્બળ ચાપ છે. ( ૧૦-૧૧ )

## સર્પવિષ દૂર કરવું

સર્પ-વિષ

આ સૂત્રનામાં નીચે વર્ણવેલી સાપની જાતિઓનું વર્ણન છે—

૧ કૈરાતઃ— સીંચ જ્યાં રહે છે તે જંગલમાં રહેનારો સાપ.

૨ વૃક્ષિઃ— શરીર ઉપર ટપકાં અથવા ગંધાવાળો સાપ.

૩ હવધુષ્ઠઃ— કાસમાં રહેનારો સાપ.

૪ ઘણ્ઠાઃ— જૂના રંગનો સાપ.

૫ અસિતાઃ— કાળા રંગનો સાપ.

૬ અલીકઃ— અમંગળ સાપ.

૭ તૈમાતઃ— બેજવાળા પ્રદેશમાં રહેનારો સાપ.

૮ અપોદ્કઃ— પાણી પાસે ન રહેનારો સાપ.

૯ સાન્નાસાદઃ— તેના સર્પવંશમાં આવનારનો નાશ કરનારો સાપ.

૧૦ મન્યુઃ— કોષ ખારણ કરનારો સાપ.

૧૧ આલિંગી— ચોટનારી એટલા શરીરને ફરી વળનારી સાપ.

૧૨ ચિલિંગી— શરીરથી દૂર રહેનારી સાપ.

૧૩ હલ-ગુહા— જેને નીચેનો કાગળ બંધો હોય તે સાપ.

૧૪ અસિધ્વની— કાળી સાપ.

૧૫ દુદુષી— જે સાપણ કરવાથી શરીર ઉપર દાદર ઉઠે છે અને તેથી સોહો નિકળે છે.

૧૬ કર્ણા— કાનવાળી સાપ.

૧૭ શ્વાવિત્— કુતરો જેને કરડે છે, ખોળી કાઢે છે, તેવી સાપ.

૧૮ સ્વનિશ્ચિમા— બોદેલી જમીનમાં રહેનારી સાપ.

એટલા સર્પથી જાતિતંત્ર નામ આ સૂત્રમાં આપ્યાં છે, આમાંથી જે વધુ નામે વિશે જામને થાંકા છે અને તેનું નિશ્ચિત યાન પ્રાપ્ત કરવા હજી શોધ ચવાની જરૂરી છે.

ઉપાય

સાપના એટલી બાધા ઉપર તાણુવ અને તસ્તુવ નો ઉપાય આ સૂત્રના છેલ્લા બે મંત્રોમાં લખ્યો છે. પશુ આ બે પદાર્થો રું છે તે વિશે ઘણી કોષખોળ કરવા જતાં આજ સુધી તેની માહિતી જામને મળી નથી. આ પદાર્થો કદાચ

પત્થર જેવા અથવા કંઈ ખનીજ અથવા મણિ હોવાનો માંભવ છે. કદાચ તે સાપના માથા ઉપર મળી આવનારા મણિનું નામ પણ દરો. કંઈ નક્કી કહી શકાય નહિ. તે વિષે શોધ થવાની જરૂરી છે.

બીએ વિષાય છે ત્રણ ઠેકાણે બાધી વિપની ગતિ શોધી—

પૃથ્વામિ સે મધ્યમે ઉત્તમં અવમમ્ ।

પતાસુ વિપં અગ્રમ્ ॥ (મં ૨)

“ઉપર, વચ્ચે અને નીચે દોરીથી બાધી, તેમાં ઝેરને પકડી લઉં છું” આ વિધિ આ પ્રકારે છે. ધણે ભાગે પત્થર અથવા હાથને સાપ કરડે છે. જ્યાં કરડે છે ત્યાંથી ઝેર ઉપર તરફ વધે છે, માટે સાપ કરડતાં જ જાંબની મૂઠામાં દીથિયું ઉપર અને કરડેલી જગ્યાની થોડી ઉપર દોરીથી સખન બાધી દેવાથી ઝેર ઉપર જવાની ગતિ શોધાય છે. આ પ્રકારે ઝેરની ગતિ શોધી પછી જ્યાં સુધી ઝેર મથું દરો ત્યાં ઉપર કહેલા પદાર્થોના ઉપયોગ કરવાથી ઝેર નિઃસત્ત્વ બની જાય છે.

પણ ‘તાલુક અને તસ્તુક’ પદાર્થો પ્રાપ્ત ન થવાથી આ ઉપાય કેવી રીતે કરવો તે એક ઘંટા છે.

સોહીની નાડીમાં ઝેર જ્યાં સુધી પહોંચ્યું દરો ત્યાં સુધી ફવાટા ઉભા થતા નથી એટલે શરીરના વાળ જેવાથી ઝેર ક્યાં સુધી પહોંચી ગયું છે તે સમજાય છે. તેથી ઝેર જ્યાં છે ત્યાં બળતો અંગાર મૂકી તે રથાન બાળી નાખવામાં આવે તે મહત્ત્વ બની શકે છે. પણ તે વાત આ સૂક્તમાં કહી નથી.

આ સૂક્ત દુષેધિ છે. તેથી કેટલાક મંત્રોને અર્થ પણ સારી રીતે સમજ્યાં આવી શકે તો નથી. તે કારણે મંત્રોનું

વિવરણ પણ વધારે કરી શકાતું નથી.

આ સૂક્તમાં કેટલાક મંત્રો એવા છે કે તે મંત્રસામર્થ્યથી સાપને કંઈ કહેવા જેવી ભાવા તેમાં છે. ભુઓ—

પ્રત્યક્ષ મચ્ચેતુ તે વિપમ્ । (મં. ૪)

અદે ! મિયસ્વ । (મં. ૪)

“હે સાપ ! તારું ઝેર પાછું કરી તારી પાસે જાય. હે સાપ ! તું મરી જા.” તેમજ—

મે સચ્ચુઃ સ્તામાનં મા અપિ કથાઃ । (મં. ૫)

“મારા મિત્રના ઘર પાસે શોધાતો નહિ.” વગેરે મંત્ર વર્ણવાથી એમ ભાગે છે કે મંત્રપ્રભાવ અથવા કહેનારની ઇચ્છાશક્તિના પ્રભાવથી સાપ ઉપર કંઈ પરિણામ થતો દરો. એમ એમ સાંભળ્યું છે કે મદ્રાસપ્રદેશમાં એવા માનિકો છે કે જે કરડેલા માણસ પાસે તેને કરડનાર સાપને મંત્ર વડે બોલાવે છે અને તેનું ઝેર સાપ પાસેથી ચુકાવે છે, પણ આ અમે પ્રત્યક્ષ જોએલું નથી. આ પ્રકારે સાપનું ઝેર તેના શરીરમાંથી ચાલ્યું જવાથી ઉપમાંથી જામત થયા જેવા તે માસલું ઉઠી બેસે છે. ત્રીજા મંત્રના છેલ્લા ચરણમાં “અધકારમાંથી સુરજનો ઉદય થાય તે સુખજ આ માણસ જન્મન થાય” એમ કહ્યું છે. એવો ભાવ કદાચ તેમાં દરો એવી શક્યતા છે.

આ સર્પદંડનો વિષય અત્યંત મહત્ત્વનો છે અને તેથી બધા પ્રકારે ઉપચારોની શોધબોળ થરી જોઇએ અને તે ઉપરથી નિષ્કર્ષ કરી નક્કી કરવું જોઇએ કે કયો ઉપાય નિશ્ચિત શુભકારી છે

આ પ્રકારના સૂક્તો ગૂઢ આશયના હોવાના કારણે ધણા દુષેધિ હોય છે અને તેજ કારણે આ વિષય સુબોધ કરવા માટે ધ શોધણી કરવાની જરૂરી છે.

## સાપનું ઝેર

કાંઠ ૭, સૂક્ત ૮૮

(ઋષિ—ગરુડાન. દેવતા—તદ્વકઃ ।)

અપેહ્યારિરસ્યારિર્વા ંસિ । વિષે વિષમૃત્કથા વિપમિદ્વા અપ્રકથાઃ । અર્હિમેવામ્યર્પેદિ તં જદિ ॥ ૧ ॥

અર્થ—તું (ઋષિઃ વૈ અસિ) નક્કી થતું છે. (ઋષિઃ અસિ) થતું જ છે, (અતઃ અપ દ્રદિ) દર ચાલ્યો જા. (વિષે વિષં અપ્રકથાઃ) વિષમાં વિષ મેળવ્યું છે. (વિષં દત્ત વૈ અપ્રકથાઃ) ખરેખર ઝેર મેળવ્યું છે, તેથી (અર્હિ દત્ત અપિ અપ દ્રદિ) સાપની પાસે જ જા અને (તં જદિ) તેને માર. [૧]



સર્પાનું જેર મનુષ્ય વગેરે પ્રાણીઓનું યદુ છે, તેથી તેને મનુષ્યથી દૂર રાખવું જોઈએ. એનો ઉપયોગ એથી જ થાય છે સાપ કરડ્યો હોય તો તે માખણ તે સાપને કરડે તો તે મનુષ્ય બચી જાય છે, પણ માખણમાં એટલું 'ધૈર્ય' હોવું નથી. તેમ કરવાથી એની સાથે જેર મળી જાય છે એટલે સાપના જેર જોડે મનુષ્યના શરીરમાં આવેલું જેર મળી જાય છે અને તે માખણ બચી જાય છે. આ વિષયમાં વધારે શોધ થવી જરૂરી છે અને નક્કી કરવું જોઈએ કે ઉપર કહેલી ઢંડકત કેટલીક સત્ય છે.

## વિધ નિવારણનો ઉપાય

કાંડ ૬, સૂક્ત ૧૦૦

( અર્થ:- ગરમાવ. દેવતાનું વનસ્પતિ: । )

દેવા અંદુઃ સૂર્યો અવાદ ચૌરદાસપૃથિવ્યદિત્ । સિસઃ સરસ્વતીરદુઃ સર્વિત્તા વિપદૂર્ણમ્ ॥ ૧ ॥

યદ્વો દેવા ઉપજીકા આસિચ્ચન્ધન્વન્નુદકમ્ । તેન દેવપ્રસૂતેનેદં દૂર્ણયતા વિપમ્ ॥ ૨ ॥

અસુરાણાં દુહિતાસિ સા દેવાનાંમસિ સ્વસા । દિવસ્પૃથિવ્યાઃ સંમૂતા સા ચકર્પારસં વિપમ્ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( દેવાઃ વિપદૂર્ણમ્ અંદુઃ ) દેવોએ વિધ નિવારક ઉપાય આપ્યો છે, ( સૂર્યઃ સદાત્ ) સૂર્યને આપ્યો છે, ( ચૌરઃ અવાદ, પૃથિવી અવાદ ) ધૂલોક અને પૃથ્વીવેલે પણ આપ્યો છે. ( સર્વિત્તાઃ તિદ્ધઃ સરસ્વતીઃ અંદુઃ ) એક ત્રિચારવાળી ત્રણે સરસ્વતી દેવીઓએ જેર નિવારક ઉપાય આપ્યો છે. [ ૧ ]

કે ( દેવા ) દેવો । ( ઉપજીકાઃ યદુ ઉર્વકં ) ઉપજીક નામની ઔષધિએ જે જલ ( ઘસ્યતિ ચા આસિચ્ચન્ ) મરડેશમાં તમારી પાસે રીધે છે, ( તેન દેવપ્રસૂતં ) તે દેવેથી વરણ થયેલા જળથી ( દૂર્ણ વિપ દૂર્ણયતા ) આ જેરનું નિવારણ કરે. [ ૨ ]

કે ઔષધિ । તું ( અસુરાણાં દુહિતા સસિ ) અસુરોની કન્યા છે, ( સા દેવાનાં સ્વસા સસિ ) તે હું દેવોની બહેન છે ( દિવઃ પૃથિવ્યાઃ સંમૂતા ) ધૂલોક અને બૂલોકથી ઉત્પન્ન થયેલી ( સા વિપે અરસં ચકર્પ ) તે તું એને નિર્બળ બનાવ [ ૩ ]

ભાષાવર્થ— પૃથ્વી, સૂર્ય, જળ, પાણી વગેરે બધા દેવો જેરને દૂર કરે છે, તેમજ વિદ્યા પણ એવી છે કે જે જેરને દૂર કરે [ ( ૧ ) મરડેશમાં જે જળ હોય છે તે વિર દૂર કરે છે. ( ૨ ) ઔષધિ ખૂબ વિપ દૂર કરવારી છે ( ૩ )

આ સૂક્ત ઘણું દુર્લભ છે જહલાં મ ત્રમાં કહ્યું છે કે પૃથ્વી વગેરે અનેક દેવો વિષનાશક ગુણોથી યુક્ત છે. અગ્નિ, જળ, સૌર વગેરેના પ્રયોગમાં જેર દૂર થવાની વાત વૈદ્યક્રમ યોગ્ય પણ કહી છે.

બીજા મ ત્રમાં ' ઉપજીકા ' મરડેશમાં જલ ઉત્પન્ન કરનારી છે, તે જળ વિષનાશક હોય છે, એમ કહ્યું છે આ ઉપજીકા કદ વનસ્પતિ છે તેનો પત્તો લાગતો નથી. ' ઉપજીક ' નો અર્થ ' બીજા ઉપર રહી પોતાની ઉપજીવિકા કરનારી ' તેથી એમ લાગે છે કે વૃક્ષો ઉપર ચનારી આ કાંઈ વનસ્પતિ હશે. તેમાં રસ પુષ્કળ થતો હશે અને તે મરડેશમાં પણ પુષ્કળ રસથી યુક્ત થતી હશે, એવો સંભવ છે આ વનસ્પતિના રસથી અથવા તેના પાણીથી વિધ દૂર થાય છે.

આ વનસ્પતિ ( અસુ-રાણાં દુહિતા ) પ્રાણુ રક્ષણ કરનારાઓની લઠાણક અને ( દેવાનાં સ્વસા ) છદ્ધિગે માટે બહેન જેવી છે, એટલે તે આરોગ્યવર્ધક છે, તે તિજળ જમીનમાં ઉગે છે અને વિધ દૂર કરે છે. વેદોએ આ વનસ્પતિ ની શોધ કરવી જોઈએ.

## સર્પથી સંભાળીને રહેવું

કાંડ ૬, સૂકત ૫૬

(કાવિ:- જ્ઞાતાતિ. દેવતા:- વિષદેવા, દ્વ. ૧)

મા નોં દેવા અર્હિર્વધીસતોકાન્તસહપૂરુષાન્ ।

સંયતં ન વિ સ્પરઘ્યાત્તં ન સં યમ્નમોં દેવજનેમ્બઃ ॥ ૧ ॥

નમોંડસ્ત્વસિતાય નમસ્તિરશ્વિરાજયે । સ્વજાય ઘમ્નયે નમો નમોંદેવજનેમ્બઃ ॥ ૨ ॥

સં તેં હન્મિ દુતા દુતઃ સમું તે હન્વા હન્ । સં તેં જિહ્વાં જિહ્વાં સમ્વાસાહ આસ્મિ ॥ ૩ ॥

અર્થ— હે (દેવા:) દેવો! (અહિ: સતોકાન્ત સહપૂરુષાન્) સાપ સંતાનો અને પુરુષો સાથે (જા: મા યઘીન્) અમને ન મારે. (દેવજનેમ્બઃ નમઃ) દિવ્યજનો એટલે વૈદ્યોને નમસ્કાર હો. સંયતં ન વિ સ્પરત્) બંધ થએલું પુત્રી શકતું નથી અને (ઘ્યાત્તં ના સંયમત્) પુત્ર્ય મએલું નધ થઈ શકતું નથી. [ ૧ ]

(અસિતાય નમઃ અસ્તુ) શાળા સાર્પને નમસ્કાર હો, (તિરશ્વિરાજયે નમઃ) ત્રાસી લીટીયાળા સાપને- નમસ્કાર, (સ્વજાય ઘમ્નયે નમઃ) ચોટનારા અને જૂસારના સાપને મારે નમસ્કાર હો, તેમજ (દેવજનેમ્બઃ નમઃ) દિવ્યજનોને નમસ્કાર હો. [ ૨ ]

હે (અહો) સાપ! (તે દુતઃ દુતા સંહન્મિ) તારા કાંતોને કું કાંતથી તોડું છું, (તે હન્વા હમ્વા સમ્ હ) તારી કાંતોને જોડે કાંતી ચોટાડું છું, (તે જિહ્વાં જિહ્વા સં) તારી જીભને જીભથી તોડું છું, (તે આસ્મિ આસ્મા સં હન્મિ) તારા મોઢાને મોઢાથી કાડું છું. [ ૩ ]

માણસે પોતાના રહેણાંચમાં એવી વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ કે સાપ કરવાથી માણસ અથવા જાનવર મરે નહિ. ત્રીજા મંત્રમાં સાપને મારવા જોઈએ એમ પણ કહ્યું છે.

મંત્રોના ખીજા ભાગ દુર્બોધ છે અને ધણા શોધની અપેક્ષા છે

## સર્પ-વિષ નિવારણ

કાંડ ૬, સૂકત ૧૨

(કાવિ - વલ્લભાન્. દેવતા- તલકા. ૧)

પરિ ઘામિર્વ ધૃયોંડર્હીનાં જર્નિમામમમ્ । રાત્રી જર્ગદિવાન્યદ્સાસત્તેનાં તે વારયે વિપમ્ ॥ ૧ ॥

યદ્ બ્રહ્મામિર્યદર્ષિર્મિર્યદૈર્વિવિદિતં પુરા । યદ્ભૂતં મર્ગ્યમાસન્વત્તેનાં તે વારયે વિપમ્ ॥ ૨ ॥

અર્થ— (ધૃયોં ઘાં હવ) જે પ્રકારે સૂર્ય છુટીકાને જાણે છે, તેજ પ્રકારે હું (અર્હીનાં જર્નિમ પરિ અગમં) સાપોના જન્મમરણને જાણું છું, (રાત્રી હંસાત્વ ન્યાત્વ જગત્ હવ) રાત જેમ સૂરજથી લિપ્ત દુનિયાને આવરી લે છે, (તેન તે વિપં વારયે) તે પ્રકારે તારા ઝેરનું હું નિવારણ કરું છું. [ ૧ ]

(બ્રહ્મામિઃ કૃપિમિઃ દેવમિઃ) બ્રાહ્મણો, કૃષિઓ અને દેવોએ (યદ્ પુરા વિદિતં) જે પૂર્વકાળમાં જાણી લીધું હતું, (તત્ ભૂતં મર્ગ્ય માસન્વત) તે ભૂત અને ભવિષ્યકાળમાં રહેનારં જાન છે, (તેન તે વિપં વારયે) તેથી તારાં ઝેર કરું છું. [ ૨ ]

૨૫ [ અથર્વ. ૪ ]

મધ્વા પૃષ્ઠે નૃષ્ઠઃ પર્વતા ગિરયો મધુ । મધુ પરુષ્ણી શીપાલા શ્રમાસ્ને અંસ્તુ શ્ચં દૃદે ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( મધ્વા પૃષ્ઠે ) મધથી સિંચત ૬૬ હું. ( નચા પર્વતાઃ ગિરય મધુ ) નદીઓ, પર્વતો, પહાડો વગેરે બધા મધ આપે ( પરુષ્ણી શીપાલા મધુ ) પરુષ્ણી અને શીપાલા મધુરતા આપે ( આસ્ને શ્ચં અંસ્તુ ) તારા મુખ માટે શક્તિ અને ( દૃદે શ્ચં ) હૃદય માટે શક્તિ મળે [ ૩ ]

આ સૂક્તમાં નદીઓ, પર્વતો અને ઝરણાં વગેરેના જળની ધારાથી સર્પવિંહી ઉનારતાનું વિધાન પ્રતીત થાય છે, પણ આથી નથી તેની શોધ સર્પવિંહી ચિકિત્સાએ કરવી જોઈએ, જળધારાથી સર્પવિંહી દૂર કરવાનું વિધાન વેદમાં બીજે પણ છે, પણ તેનું તાત્પર્ય શું છે, તે સમજી શકાય નથી જો વિષ્ણુનું ઝેર અદ્યત્ત હોય તો તે ઉપર હડા પાણીની ધારા છોડવાથી વિહાનું ઝેર ઉતરે છે, આ અનુભવ અમે કરેલો છે પણ તે જ રીતે સર્પવિંહી ઉતરે છે તેમ માનવું મુશ્કેલ છે તેમ પ્રકારે આ સૂક્તના બીજા વિધાનો પણ વિચાર કરવા જોઈએ એટલે આ સૂક્તનો વિષય શોધબોળ કરવા જોઈએ જે તેની ચિકિત્સા જાણતા હોય તેમણે તેનો અધિક વિચાર કરવો.

તાવ

કાંઠે ૭, સુકત ૧૨૬

( ઋષિઃ— જયરાશિરા. । દેવતા— વન્દ્યામા. )

નમો રૂરાય વ્યવનાય નોર્દનાય ધુળ્લવે । નમઃ શીતાર્થ પૂર્વાકામકૃત્વને ॥ ૧ ॥

યો ઝન્યેદ્યુર્લભયુરપ્યેતીમં મુળ્લુર્લભ્યેત્વિમ્વતઃ ॥ ૨ ॥

અર્થ— ( રૂરાય ) કાંઠે કરનારા ( વ્યવનાય ) ધૂમનનારા, ( નોર્દનાય ) કમ્બાવનારા, ( ધુળ્લવે ) ઝરણનારા એટલે કપાળક, ( શીતાર્થ ) ઠંડી સાગી આવનારા અને ( પૂર્વેકૃત્વને ) પહેલી અવસ્થાને ડાબી નાખનારા જ્યેષ્ઠને માટે ( નમઃ નમઃ ) નમસ્કાર હો [ ૧ ]

( યા મન્યે-દ્યુ ) એક દિવસ પછી આવનારો, ( ઝન્ય-દ્યુઃ ) બે દિવસ પછી ( મન્યેતિ ) આવે છે અથવા ને ( અમત ) ૧૫૫૫ છોડી મળે ત્યારે આવે છે તે ( હમ મંજુક મન્યેતુ ) આ દેહકા પાસે જાય [ ૨ ]

આ સૂક્તમાં નવ પ્રકારના જ્વર વર્ણવ્યા છે તેમના લક્ષણો લુઓ—

૧ રૂરઃ— ને તાવમાં શરીરનો કાંઠો થાય છે, આ પિત્તજ્વર હોવાની સંભતા છે

૨ વ્યવના— આ તાવ આવવાથી શરીર ધૂળવા સામે છે, આ તાવ ધૂળી ઠંડી સામીને જ વે છે

૩ નોર્દના— આ તાવ આવવાથી અનુષ્ઠ ઝાંઝા જોવા અને છે, મરતક ઉપર તેનો કબ કર પરિણામ થાય

૪ ધુળ્લુઃ— આ તાવથી અનુષ્ઠ કમ્બોત થાય છે, રોગો બેગેન રહે છે

૫ શીત— સર્પથી આગનારો તાવ

૬ પૂર્વેકૃત્વના— શરીરની તાવ પહેલાંની અવસ્થાને તોડી નાખનારો આ તાવ છે, એટલે આ તાવ આવવાથી શરીરના બધા જ ગો, અવયવો નગડી જાય

૭ મન્યેદ્યુઃ— એક દિવસ પછીથી આવનારો તાવ

૮ ઝન્યેદ્યુઃ— બે દિવસ છોડી આવનારો તાવ

૯ અમત— જેના આવવાનો નિયમ નથી

આ નવ પ્રકારના તાવ છે, તેના સ્થાનના ઉપાય તે પહેલાં જાન આપે વેદમાં વૃષ્ણ પણ નથી ( જો વૃષ્ણમિત્રેણ ઉવરચિકિત્સા ) જ્વર ચિકિત્સા થાય છે એટલે જેમ જટિ સ્વપ્ન વૃષ્ણો નાશ થાય છે, તે પ્રકારે પરસેવો આવવાથી જ્વરનો નાશ થાય છે, માટે પરસેવો આવે એવા ઉપાય કરવાથી તાવનું નિવારણ થાય છે

## જવર-નિવારણ

કાંડ ૫, સૂકત ૨૨

( જાવિ - મૃગશિરો । દેવતા - તક્ષમાનાથનઃ । )

અમિસ્તુકમાનમપં વાધતામિતઃ સોમો ગ્રાવા વરુણઃ પૂતદંશાઃ ।

વેદિર્વેદિર્હિઃ સમિધઃ શોશુચાના અપ દ્વેષાંસ્યમુયા મવન્તુ

॥ ૧ ॥

અયં યો વિશ્વાન્હરિતાન્કુળોપ્યુચ્છોચયન્નમિરિંવામિદુન્વન્ ।

અથા હિ તંકમન્નરસો હિ મુયા અથા ન્યઙ્ઘરાહ વા પરંહિ

॥ ૨ ॥

યઃ પરુષઃ પારુપેયોઽવચ્ચંસં દેવારુણઃ । તુકમાર્નં વિશ્વચાવીર્યાધરાશ્ચં પરાં સુવં

॥ ૩ ॥

અધરાશ્ચં પ્ર હિંણોમિ નમઃ કૃત્વા તુકમર્નં । શકમ્નરસ્ય મુષ્ટિહા પુનરેતુ મહાવૃવાન

॥ ૪ ॥

ઓકૌ અસ્ય મૂજયન્તુ ઓકૌ અસ્ય મહાવૃવાઃ ।

યાવજ્ઞાતસ્તંકમંસ્તાવાનસિ ચરિંહેકેપુ ન્યોચરા

॥ ૫ ॥

અર્થ— અગ્નિ, સોમ, ગ્રાવા, વરુણ, પૂતદંશા, વેદિ આ પરિત્ર બળવાલા દેવ અને વેદી ( વેદિ. શોશુચાના સમિધ. ) કુશા, મન્યવીત સમિધાઓ, ( હતા તક્ષમાર્નં અપ વાધતાં ) અહીંથી તાર વગેરે રોગોને દૂર કરે. ( અમુયા દ્વેષાંસિ અપ મવન્તુ ) તેથી બધા દેવ દૂર થઈ જાય [ ૧ ]

( અયં યો વિશ્વાન્ હરિતાન્ કુળોવિ ) આ જે વૃ જવર રોગ બળને નિરતેજ કરે છે, ( અગ્નિ દેવ ઉચ્છોચયન્ અમિ દુન્વન્ ) અગ્નિ જેવા તપાવે છે અને કષ્ટ આપે છે હે ( તુકમન્ ) જવર ! ( અથ હિ અરસઃ મુયા ) વૃ નીરસ થઈ જા ( અથા ન્યઙ્ઘરાહ વા વરા હિ ) અને નીચેના સ્થાનેથી દૂર થઈ જા [ ૨ ]

( ય પરુષ પારુપેય ) જે પર્વોમા હોય છે અને જે પર્વોદેશના કારણે ઉત્પન્ન થાય છે અને જે ( અરુણ અવચ્ચંસં દેવ ) લાલ રંગના અગ્નિની જેમ વિનાશક છે. હે ( વિશ્વચા-વીર્ય ) બધા પ્રકારના સામર્થ્યવાળા ! ( તુકમાર્નં અધરાશ્ચ વરાસુવ ) તારને નીચેની ગતિથી દૂર કરે [ ૩ ]

( તુકમર્નં નમઃ કૃત્વા ) જવરને નમન કરી ( અધરાશ્ચં પ્રહિણોમિ ) નીચે ઉતારે છુ ( શકમ્નરસ્ય મુષ્ટિહા ) શાકાહારીના મુઠ્ઠીથી એટલે બળથી મરનારો આ રોગ ( મહાવૃવાન્ પુન વતુ ) મહાન પ્રહિવાળા દેશમાં ફરી ફરી આવે છે. [ ૪ ]

( અસ્ય ઓકા મૂજયત ) આનું ધર મુજ પાસવાળું સ્થાન છે, તેમજ ( અસ્ય ઓકા મહાવૃવાઃ ) એનું ધર મહાન પ્રહિનું સ્થાન છે હે ( તુકમન્ ) તાર ! ( યા વતુ જ્ઞાતા ) જ્યારથી તું ઉત્પન્ન થયો છે, ( તાવાન્ ચરિંહેકેપુ ગોચરાં અસિ ) ત્યારથી આદિહોમાં દેખાય છે [ ૫ ]

બાવાર્થ— થઈ પડે જવર દૂર થાય છે અગ્નિ, સોમ, સમિધા અને હવન સામગ્રી જવરને દૂર કરે છે ( ૧ )

જવર મનુષ્યને નિરતેજ બનાવે છે, તેને અગ્નિ તપાવી હવનીય બનાવે છે, તે કારણે ચક્ષુથી જવર દૂર થાય છે ( ૨ )

જવરથી સાધા સાધામાં પીડા થાય છે મરે એવા તાવને દૂર કરેલા બોધને ( ૩ )

જ્યાં વરસાદ પુષ્કળ હોય છે તે દેશમાં આ જવર હોય છે સાકાહારી લોકોમાં એક વિરોધ રાગિ હોય છે, તે કારણે આ જવર તેમનાથી દૂર નાસી જાય છે ( ૪ )

જ્યાં વરસાદ પુષ્કળ પડે છે ત્યાં અને મુજ પાસના પ્રદેશમાં આ તાવ પુષ્કળ હોય છે ( ૫ )

તક્મન્વ્યાલિ વિ મંદુ વ્યજ્ઞ મૂરિં યાવય । દાસીં નિષ્કંકરીમિચ્છ તાં વજ્રેણ સમર્પય ॥ ૬ ॥

તક્મન્મૂજવતો ગચ્છ વલ્લિકાન્વા પરસ્તરામ્ ।

મુદ્રામિચ્છ પ્રફવ્યૈતાં તક્મન્વીવિ ધૂનુદિ ॥ ૭ ॥

મહાવૃષાન્મૂજવતો વન્ધ્વદિ પુરેત્યૃ । પ્રેતાનિ ત્વમને વ્રૂમો અન્યસેત્રાણિ વા દ્રુમા ॥ ૮ ॥

અન્યક્ષેત્રે ન રમસે વૃક્ષી સન્મૃદયાસિ નઃ ।

અમૃદુ પ્રાર્થેસ્ત્વમા સ મમિષ્યતિ વલ્લિકાન્ ॥ ૯ ॥

યત્ત્વં સ્ત્રીવોડ્યોં રૂઃ સહ કાસાવૈવયઃ ।

મીમાસ્તૈ તક્મન્દેતયસ્તામિઃ સ્મ પરિં વૃદ્ધિઃ નઃ ॥ ૧૦ ॥

મા સ્મૈતાન્તસર્લીન્કુરુથા વૃણાસં કાસમુદ્યુગમ્ ।

મા સ્માતોડર્વાઠૈઃ પુતસ્તર્ચા તક્મન્નૃપૃ મુવે ॥ ૧૧ ॥

અર્થ— હે ( વ્યાલિ વ્યજ્ઞ તક્મન્ ) સાપત્ની જેમ કરવાળા અને અંચ કદરૂપ કરનારા જ્વર હે ( વિ મંદુ ) વિશેષ રોગ । ૬ ( મૂરિ યાવય ) પુષ્કળ દૂર આશયો બા. ૭ ( નિષ્કંકરી દાસીં હચ્છ ) નિકુળતામાં રહેવાના કારણે કાપને પ્રાપ્ત થવારીની ઇચ્છા કર અને ( તાં વજ્રેણ સમર્પય ) તેના ઉપર પેતાનું વજ્ર ચલાવ. [ ૬ ]

( તક્મન્ મૂજવતઃ ગચ્છ ) હે જ્વર ! મુજવાળા સ્થાપત્ની ઇચ્છા કર. ( વલ્લિકાન્ વા પરસ્તરામ્ ) દરના આદિક દેશીની ઇચ્છા કર. એવા દેશોમાં ( પ્રફવ્યૈ શૂદ્રાં હચ્છ ) જમણ કરનાર શોકમય બીની ઇચ્છા કર. હે ( તક્મન્ ) તાવ । ( તાં વિ હવ ધૂનુદિ ) તેને ધૂનવી ? [ ૭ ]

( મહાવૃષાન્ મૂજવતઃ વચ્ચુ અદિ ) પુષ્કળ વરસાદ અને મુજ ધાસ બધા થાય છે, એવા બંધનકારક ઠેકાણોને હું ખા. ( પરેત્યૃ ) કર જાઉં ( વૃતાનિ દ્રુમા અન્ય ક્ષેત્રાણિ ) આ બધા બીજા ક્ષેત્રોને ( તક્મને વૈ વ્રૂમઃ ) અમે જ્વર માટે બતાવીએ છીએ. [ ૮ ]

( અન્યક્ષેત્રે ન રમસે ) બીજા ક્ષેત્રોમાં હું રહેતો નથી, ( વૃક્ષો સન્ નઃ સ્મૃદયાસિ ) વૃક્ષમાં રહી બંધને ધુપી કરે છે. ( તક્મા પ્રાર્થઃ અમૃદુ ડ ) જ્વર પ્રેરણ થઈ ગયો છે. ( સ વલ્લિકાન્ મમિષ્યતિ ) તે ખાસીકોના તરફ જશે. [ ૯ ]

( યત્ત્વં સ્ત્રીવ યાવય ) જે હું તારા લાગીને આવે છે, ( અયો રૂઃ ) અથવા વધારે પીડા આપનારો રૂઠો છે, ( કાસા સહ અવેવયઃ ) ખાસીની સાથે ધૂનવે છે. હે ( તક્મન્ ) જ્વર । ( સે દેતય. મીમાઃ ) તારા કાસો બધો કરે છે, ( તામિઃ ન. પરિવૃદ્ધિઃ સ ) તે બધાથી અમને બચાવ. [ ૧૦ ]

હે ( તક્મન્ ) જ્વર । ( વલ્લિકાન્ કાસં, ડપુગં, ) કાસ, ખાસી અને કાસ ( વૃતાન્ સર્લીન્કુરુ માં સ કુદયાઃ ) તેમને પેતાના મિત્ર ન બતાવે. ( અતઃ અર્વાઢ મા સયે ) તેનાથી પાને આવતો નહિ. હે ( તક્મન્ ) જ્વર । ( તત્ ત્વા પુનઃ વપ્ચુવે ) આ તને હું ફરી કહું છું. [ ૧૧ ]

આખા અર્થ— આ જ્વરનું હેર સાધના એવું હોય છે, તે શરીરને વાકુલુ કરે છે, જેએ અમગ્ન રહે છે, મલીનજીવન બનીને કરે છે તેઓમાં આ તાવ હોય છે. ( ૬ ) પાસવાળા ઠેકાણે આ જ્વર હોય છે અને આ જ્વર આવવાથી શરીરને કપારી થતે છે. ( ૭ ) ધણે વરસાદ અને પુષ્કળ ધાસવાળા પ્રદેશમાં આ તાવ હોય છે. બીજા વૃત્તમ ક્ષેત્રોમાં આ જ્વર થતો નથી. ( ૮ ) બીજા સ્થાનોમાં હોતો નથી, જે નિઃશબ્દક ત્યાં રહે છે તેમને આ તાવ આવતો નથી, તેમનાથી દૂર નાસી જાય છે. ( ૯ ) આ જ્વર ધીન, રૂઠો અને કદરૂપ હોય છે તેના પશ્ચિમ બાજુ કર હોય છે, તેથી તેનાથી બચવું એકાદ ( ૧૦ ) આ જ્વરના કદ, ખાસી અને શ્વ આ ત્રણ મિત્ર છે. આ જ્વર અમારી પાસે કદી ન આવે. ( ૧૧ )

ત્વમન્નાત્રા ચલાસેન સ્વસ્ત્રા કાર્સિકયા સહ ।

પાપ્મા આતુચ્ચેન સહ ગચ્છામ્મરણં જનંમ્

॥ ૧૨ ॥

તૃતીયકં વિતૃતીયં સંદન્દિમુત આરંદમ્ । ત્વમાનં શ્રીતં રૂરં પ્રૈષ્ઠં નાશય વાર્ષિકમ્ । ॥ ૧૩ ॥

ગન્ધારિંચ્યો મૂર્જવચ્ચોઽક્ષેચ્યો મગધેચ્ચ્યઃ । પ્રૈષ્ઠન્જનંમિવ શ્વેરુધિં ત્વમાનં પરિં દદ્રાસિ ॥ ૧૪ ॥

અર્થ— હે ( ત્વમન્ ) જવર ! ॥ ( આત્રા ચલાસેન ) પોતાના ભાષ કાની સાથે, ( સ્વસ્ત્રા કાર્સિકયા સહ ) બહેન ખાંસીના સાથે, ( પાપ્મા આતુચ્ચેન સહ ) પાપી ભત્રીજા ક્ષય સાથે ( અમુ ચરણ જન ગચ્છ ) તે મહીન મનુષ્યની પાસે જા [ ૧૨ ]

( તૃતીયક ) ત્રીજો દિવસે આવનારો, ( વિતૃતીયક ) ત્રણ દિવસ છોડી આવનારો, ( સંદન્દિ ) હમેશા રહેનારો ( સત શારદ ) અને શરદઋતુમાં થનારો, ( શીત રૂર ) ઠંડી અથવા પીઠા કરનારો, ( પ્રૈષ્ઠ વાર્ષિક ) ગ્રીષ્મ અને વર્ષા ઋતુના સમયની આવનારા જવરને ( નાશય ) દટાવુ છું. [ ૧૩ ]

( ગન્ધારિચ્ય મૂર્જવચ્ચ ) ગંધાર મૂર્ખવાળ ( અક્ષેચ્યઃ મગધેચ્ચ ) અગ અને મગધીને ( પ્રેષ્ઠન્ જોવાધિ જન રવ ) મોકલવામાં આવનારા અગ્નનાના રક્ષક મનુષ્ય સમાન ( સ્વમાન પરિ દદ્રાસિ ) જવરને અમે મોકલીએ છીએ [ ૧૪ ]

બાકી— આ જવરનો ભાષ કદ બહેન ઉપરસ અને બત્રીજા ક્ષય મનીન લોકોને તે થાય છે ( ૧૨ ) ત્રીજો દિવસે આવનારો ચોથો દિવસે અથવા ત્રણ દિવસ છોડી આવનારો, હમેશા એટલે દરરોજ આવનારો, શરદ, ગ્રીષ્મ અને વર્ષા ઋતુના કારણે થનારા, શીત અને રક્ષા આ બધા જવર દટાવવા લેઈએ ( ૧૩ ) જે પ્રકારે રક્ષક મનુષ્ય બીજા દેશમાં મોકલવામાં આવે છે, તે પ્રકારે બધા જવર દૂર મોકલવામાં આવે એટલે તે ખાસને કદ ન આવે ( ૧૪ )

## જવર-નિવારણ

### જવરરોગ

જવર રોગના વિષયમાં ધણી મોટી વિચાર કરવા જોઈ  
પાતો આ સૂક્તમાં કહેલી છે—

### જવરના લેદ

૧ સ્વદન્દિ— હમેશા, દરરોજ આવનારો જવર  
૨ તૃતીયક — ત્રીજો દિવસે આવનારો જવર  
૩ વિ-તૃતીયક — ત્રણ દિવસ છોડી ચોથા દિવસે  
આવનારો, ચાતુર્થિક પછે જવર ( મ ૧૩ )

આ ત્રણ પ્રકાર દિવસોના જવરના કારણે થાય છે  
ઋતુના કારણે આવનારા જવરના નામ આ છે—

૧ પ્રૈષ્ઠા— ગ્રીષ્મ ઋતુમાં આવનારો જવર  
૨ વાર્ષિકા— વર્ષા ઋતુમાં કારણે આવનારો જવર  
૩ શારદ— શરદ ઋતુના કારણે આવનારો જવર  
( મ ૧૩ )

આ ત્રણ લેદ ઋતુના કારણે આવનારા જવરના ॥ હવે  
આ જવરના સ્વરૂપ લેદ જુઓ—

૧ શીત શીતજવર જેમાં ઠંડી લાગે છે- પછી તાપ  
આવે છે

૨ રૂર — રક્ષા, પિત્તજવર અથવા પીઠા આવનારો જવર  
( મ ૧૩ )

આ લેદ એમનું સ્વરૂપ બતાવે છે, જવરની સાથે થનારા  
રોગ આ છે—

૧ ચલાસ — કદ બળગમ, આ જવરમાં થાય છે.

૨ કાસ — ઉધરસ પછી જવરમાં થાય છે ( મ ૧૧, ૧૨ )  
આ જ ને લક્ષણો ધણુ અરાગ છે તેનો પરિણામ—

૩ સ્વ યુગ આ જ ને એટલે કદ અને ઉધરસ એક-  
જિત આવે છે, તેનું નામ ॥ ક્ષય આ તો તેનો કાય કર  
પરિણામ છે ( મ ૧૧ )

રેશ વિશેષના કારણે થનારા જનરોની મુશ્કેલી નીચે મુજબ આ સૂક્તમાં કરી છે—

૧ મહાકૃત્વ—પણે વરસાદ થનારા પ્રદેશમાં આવનારા જનર.

૧ 'અસ્ય ચોક' મહાકૃત્વ.—એનું ધર ધણી કૃષિવાળા પ્રદેશ છે. ( મં. ૫ )

૧ મૂજવાત્—ખાસ જ્યાં થાય છે એવા કીચકવાળા પ્રદેશમાં આ જનર થાય છે.

૧ 'અસ્ય ચોકા મૂજવત્'—એનું ધર મુંજ નામના ખાસનું સ્થાન છે ( મં. ૫ )

આ પ્રકારના પ્રદેશ આવ્યા તાવને તૃષારનારા હોય છે, ખીત દેહાણે તે વધતો નથી, એટલે થાય તો પશુ જલદી દૂર થઇ જાય છે, આ જનરમાં ધણું વિષ હોય છે, જે સરીરમાં જાય છે અને ત્યાં પીડા કરે છે.

૧ કપાલ—સાપની જેમ આ જનરનું ઝેર હોય છે

૧ ક્યંતા—અગો અને ઇન્દ્રિયોમાં કદરૂપતા સાવનારા આ જનર છે. ( મં. ૬ )

મલીન પુરુષોને તે વિશેષ કરી થાય છે, એટલે અતર્ણાલ પવિત્ર રહેનારાઓને તે થતો નથી, તે વિષે મ વનું પ્રમાણ જુઓ—

૧ ચરણં જર્ન—નીચ જીવન બતાવતી કરનારાઓને તે થાય છે ( મં. ૧૨ )

૧ નિષ્કર્ટી—ક્ષીણ અને મલીન હોય તેને થાય છે. ( મં. ૬ )

૧ મકર્ષ્ય—પ્રેસો મનુષ્ય, જેમાં સાચો કહિત હોતો નથી એવાને થાય છે ( મં. ૭ )

યમ નિયમ પાલન કરનારા સંયમી મનુષ્ય સુખેથી રહે છે. તે વિષે નીચે લખેલા મંત્ર મર્મનપૂર્વક જુઓ—

ન ચચી મૃદયાસિ. ( મં. ૮ )

‘યમ, નિયમ પાલન કરનારા સંયમી પુરુષ હોય છે, તેમને સુખ આપે છે, એટલે તે જનર તેને પીડા આપતો નથી. આ રીતે આ જનર અને ક્ષય જેવા રોગોથી બચવાનો એક માત્ર ઉપાય સવમ છે. વાચકો તેનો વિચાર કરી બ્રહ્મચર્ય વગેરે સારા નિયમોના પાલન દ્વારા પોતાનું સ્વાસ્થ્ય વધારે અને રોગોથી દૂર રહે.

જનર નિવૃત્તિનો ઉપાય

સવમ, બ્રહ્મચર્ય વગેરે ઉપાય જનર પ્રતિનિધક છે, પણ જનર આવ્યા પછી તેને દટાવવાના ઉપાય નીચે જણાવ્યા મુજબ છે—

૧ ચક્ષા—અશ્વિમાં સેતુપાદિ ઔષધિઓનું હવન કરવાથી જનર દૂર થાય છે. ( મં. ૧ )

૧ અચરાદ પરોહિ—નીચેના આગંથી જનર દૂર થાય છે, એટલે શેષગુહિની, પેટ સાફ રહેવાથી જનર દૂર થાય છે. ( મં. ૨ )

૧ શક-મરકચ મુષ્ટિ-દા= શાકાહારી મનુષ્યના મુશ્કેલી મરનારા જનર હોય છે ખાસ ખાનારા કરતાં ખાસ ન ખાનારા, વનસ્પત્યાહારી મનુષ્યમાં જનર પ્રતિનિધક ક્રિયા વધારે હોય છે. તેથી આનો કે શાકાહારી મનુષ્ય આ તાવને મુશ્કેલી મારી નાંખે છે ( મં. ૪ )

આ પ્રકારે જનર સળધી વિવરણ આ સૂક્તમાં છે વૈષ્ણવ આ સૂક્તનો અધિક વિચાર કરે. આ સૂક્તમાં કહેલા શકેલોથી એમ સાગે છે કે આ ‘તપમા’ દાસ જેને ‘સૌતજનર’ અથવા ‘મેલેરીયા’ કહે છે તે છે.

# શીત-જ્વર-દૂરીકરણ-સૂક્ત

કાંડ ૧, સૂક્ત ૨૫

( ઋષિ- મુગધિરા । દેવતા:- અમિ, તક્ષા । )

યદુમિરાપો અદદત્પ્રવિશ્ય યત્રાકૃષ્ણન્ ધર્મધૃતો નર્મસિ !

તત્રં ત આહુઃ પરમં જનિત્રં મ નઃ સંવિદ્વાન્ પરિં વૃદ્ધિમ્ તકમન્

॥ ૧ ॥

યદ્યર્ચિર્યદિ વાસિં શોચિઃ શ્રીકલ્પેષિ યદિં વા તે જનિત્રમ્ ।

હૃદુર્નાર્મસિ હરિતસ્ય દેવ સ નઃ સંવિદ્વાન્ પરિં વૃદ્ધિમ્ તકમન્

॥ ૨ ॥

યદિં શોકો યદિં વામિશોકો યદિં વા રાજો વર્ણસ્યાસિં પુત્રઃ ।

હૃદુર્નાર્મસિ હરિતસ્ય દેવ સ નઃ સંવિદ્વાન્ પરિં વૃદ્ધિમ્ તકમન્

॥ ૩ ॥

નમઃ શીતાય તકમને નર્મો કુરાય શોચિર્ષે કૃણોમિ ।

યો અન્યેઘુર્મયઘુરમ્યેતિ તૃતીયાકાપ્ નર્મો અસ્તુ તકમને

॥ ૪ ॥

અર્થ- ( યત્ર ) જ્યાં ( ધર્મઃ ધૃતઃ ) ધર્મપાલન કરનાર સદાચારી લોકો ( નર્મસિ કૃષ્ણન્ ) નમસ્કાર કરે છે, ત્યાં ( પ્રવિશ્ય ) પ્રવેશ કરી ( યત્ અગ્નિઃ ) ને અમિ ( આપઃ અદ્વહન્ ) પ્રાણધારક જલતરણને બાળે છે ( તત્ર ) ત્યાં ( તે પરમં જનિત્રં ) તારું પરમ જન્મસ્થાન છે, એમ ( આહુઃ ) કહે છે હે ( તકમન્ ) કષ્ટ આપનાર જ્વર ! ( સઃ સંવિદ્વાન્ ) અજ્ઞાને તું ( નઃ પરિ વૃદ્ધિમ્ ) અમને છોડી દે. [ ૧ ]

( યદિ અર્ચિ. ) એ તું જ્યાંસા ૩૫ ( યદિ વા શોચિ-અસિ ) અથવા એ તાપ ૩૫ હો, ( યદિ તે જનિત્રં ) એ તારું જન્મસ્થાન ( શકલ્ય દ્વિપ ) અગ્રમય ગોખા પરિણામ કરે છે, તો તું ( વૃદ્ધઃ નામ અસિ ) રૂઢક ( એટલે ગતિ કરનારો ) આ નામનો છે, તેથી હે ( હરિતસ્ય દેવ તકમન્ ) પીડા રોગને ઉત્પન્ન કરનાર જ્વર દેવ ! ( સઃ સંવિદ્વાન્ ) એવો તું અજ્ઞાને ( ન પરિ વૃદ્ધિમ્ ) અમને છોડી દે. [ ૨ ]

( યદિ શોક ) એ તું પીડા આપનારો છે અથવા ( યદિ અમિ શોક ) એ બધે જ પીડા ઉત્પન્ન કરનારો છે, ( યદિ વર્ણસ્ય રાજ પુત્રઃ અસિ ) અથવા બધે તું વર્ણ સ્વામીનો પુત્ર હોય તો પણ તારું નામ રૂઢક છે. હે પીડા રોગ ઉત્પન્ન કરનાર જ્વર દેવ ! આ બધી તું અમને બંધાને છોડી દે. [ ૩ ]

( શીતાય તકમને નમઃ ) શીતજ્વરને માટે નમસ્કાર, ( કુરાય શોચિર્ષે નમઃ કૃણોમિ ) શક્તાવને પણ નમસ્કાર કરે છું. ( યઃ અન્યેઘુઃ ) ને એક દિવસ છોડી આવનારો જ્વર છે, ( ડમયઘુઃ ) ને બે દિવસ આવનારો છે ( અમ્યેતિ ) હેલ છે, ને ( તૃતીયાકાપ્ ) ત્રીજો દિવસ આવનારો, તે ( તકમને નમઃ અસ્તુ ) જ્વરને નમસ્કાર હો. [ ૪ ]

ભાષા- ( ધાર્મિક લોકો જ્યાં પ્રાણધારક વડે પહેલે છે અને પ્રાણરુદ્ધિનું ઇ મદ્ય જ નહીં તેને પ્રણામ પણ કરે છે, તે પ્રાણના મુગધિરાનમાં પહેલો આ તાવનો અગ્નિ પ્રાણધારક આપ તરફને બાળી નાખે છે. આજ આ જ્વર તું પરમસ્થાન છે. તે બધી તેથી મનુષ્ય બધી રહે ( ૧ )

આ જ્વર જ્યાં જ ગરમી વધારનારો હોય અથવા અદરે અદર તપનારો હોય, અથવા શરીરના દરેક અંગના વેગને પીડા આપનારો હોય, તે જ્વરના દરેક કષ્ટને દલાવે છે, તેથી તેને ' રૂઢક ' કહ્યો છે આ પાકુરોગ અથવા કમળારોગને ઉત્પન્ન કરે છે, તે બધી દરેક માણસે તેનાથી પોતાનો બચાવ કરવો. ( ૨ )

કેટલાક તાપ વિવિધિત અગ્નિ પીડા ઉત્પન્ન કરે છે અને કેટલાક તાપ પૂર્ણ અગ્નિ પ્રવેશ ગોખા પીડા ઉત્પન્ન કરે છે, જળનો રાગ વર્ણધૃતી તેની ઉત્પત્તિ યાદ છે, તે દરેક અગ્નિ, અવયવોને દલાવી દે છે અને કમળો રોગ શરીરમાં ઉત્પન્ન કરે છે માટે દરેક માણસે તેનાથી બચવું રહેલું ( ૩ )

શીતજ્વર, રૂક્ષજ્વર, દરેક જ આવનારો, એક દિવસ છોડી આવનારો, બે દિવસ છોડી આવનારો, ત્રીજો દિવસ આવનારો એવા અનેક પ્રકારના જ્વર છે તેમને નમસ્કાર હો એટલે એ બધા અગ્નિમાંથી દૂર રહે ( ૪ )



## શીત-જ્યેષ્ઠ-દુરીકરાણુ-સૂક્ત

જ્યેષ્ઠની ઉત્પત્તિ

આ 'તદ્વચનાદ્યન મણુ' નું સૂક્ત છે અને આ સૂક્તમાં જ્યેષ્ઠની ઉત્પત્તિ નીચે મુજબ કહી છે—

વચનસ્ય રાદ્વા પુત્રાઃ ( મં ૩ )

આ 'વરુણ રાજનો પુત્ર છે' એટલે વરુણથી તેની ઉત્પત્તિ છે. વરુણ પાણીનો અધિપતિ છે. એ તો બધા જાણે છે, વરુણ રાજના જ્યેષ્ઠી સામ્રાજ્યમાં તે જન્મે છે, તેનો શીધા આશ્રય એ છે કે જ્યાં પાણી રિયર રહે છે અથવા સહે છે ત્યાં જ્યેષ્ઠની ઉત્પત્તિ થાય છે, વિતાનથી આ વાત હવે નિશ્ચિત થયે છે જ્યાં પાણી રિયર રહે છે પ્રવાહિત થતું નથી ત્યાં ટાંકિયો તાવ ઉત્પન્ન થાય છે અને ટાંકિયો તાવ આવડા રથાનેથી જ પ્રસરે છે.

એ આ જ્ઞાન નિશ્ચિત થયે છે તો જ્યેષ્ઠનો નાશ કરવાનો પહેલો ઉપાય આ છે કે પોતાના ધર પાસે તેમજ ગામમાં અથવા ગામની આજુબાજુ એના કોષ રથાન રહેવા દેવા નહિ કે જ્યાં પાણી ભરાઈ રહે છે. વાયકો અને સમુદ્ર આ તાવના નાશ કરનારા પહેલા ઉપાયનો વિચાર કરવો અને તેથી લાભ લેવો.

જ્યેષ્ઠનું પરિજ્ઞાન

આ સૂક્તમાં જ્યેષ્ઠનું નામ 'વજ્રુ' એમ કહ્યું છે. તેનો અર્થ 'ગતિ કરનારો' છે આ જ્યેષ્ઠ જ્યારે શરીરમાં આવે છે ત્યારે શરીરના ભોહામાં તેમના બીજા બધા અંગ-અત્ય ગો, જીવનતત્ત્વમાં ગતિ લેતપણ કરે છે, અને તે કારણે અંગ્રમત્ત્વ યનો જીવનરસ ( આપ્ત તત્ત્વ ) બની જાય છે. આ જ્ઞાત પહેલા મંત્રમાં કહી છે

અગ્નિ આપ અદદત્ ( મં ૧ )

'આ તાવ જીવનરસોને જ બાળી નાંખે છે' તે કારણે તાવથી શરીરની શક્તિ ઓછી થાય છે આપ તત્ત્વ પ્રાણુ શક્તિધારણુ કરનાર છે ( આપોમય ) આપ તત્ત્વમય પ્રાણુ છે આ ઉપનિષદોનું વચન છે. પ્રાણુનું આશ્રયશરીરસ્થ આપ તત્ત્વ આ તાવથી બળી જાય છે, તે કારણે તાવ આવડાથી જીવનશક્તિ ઓછી થઈ જાય છે. તેથી આ તાવનો પીલક રોગને નિર્માણ કરનારો એમ કહ્યું છે. જુઓ—

દરિતસ્ય વેપ ( મં, ૨, ૩ )

'પીળા વળુ' કરનારો' દીર્ઘ, નિરજન કરનારો, પીંગાગમ, કમળો, જીવનરસનો દાહ કરનારો રોગો ઉત્પન્ન કરનારો છે. આ જ્યેષ્ઠ એટલા ભગવત રોગોને નિર્માણ કરે છે, ખરે મનુષ્યે પોતે પેતાનો અમાય કરવો જોએ આ જ્યેષ્ઠ પ્રાણુના જીવનરસ ઉપર હુમલો કરે છે અને તેની શક્તિ ઓછી કરે છે. તે વિશે આ મંત્ર જુઓ—

યદગ્નિરાણો અદદત્ પ્રવિદ્ય યદ્વાહવ્યત્ત્વ ધર્મધૃતો નમાંસિ ( મં ૧ )

'જ્યાં ધાર્મિકલોક જન્મ મળે છે ત્યાં પ્રવેશ કરી આ અગ્નિજ્યેષ્ઠ પ્રાણુને આધારભૂત જીવનરસને બાળી નાંખે છે.'

યોગાદિ સાધન દ્વારા ધાર્મિકલોક સમાધિ અવસ્થામાં હૃદયકમલમાં પ્રવિષ્ટ થાય છે, તેજ હૃદયમાં જીવનરસ છે, તેજ રસ જ્યેષ્ઠી બની જાય છે, એટલે જ્યેષ્ઠનો હૃદય ઉપર ધણી ખરાબ પરિજ્ઞાન થાય છે, જેથી ધણી અશક્તિ પશુ ઉત્પન્ન થાય છે તેજ કારણે આ જ્યેષ્ઠ પીળો રોગ અથવા પાકુરોમ ઉત્પન્ન કરે છે, એમ સૂક્તના બીજા મંત્રમાં કહ્યું છે આ ટાંકિયો તાવ જેને કાલમાં 'અગ્નિરીયા' કહે છે તે ધણી દુનિશ્ચર છે, ખરે તેને હર પ્રમત્તે દૂર રાખવો જોઈએ તેજ નીચેના મંત્રનાયમાં સૂચ્યું છે—

સા સા સવિદ્યાન્ત પરિવૃંચિત્ત્વત્ત્વમન્ ( મં, ૧, ૨, ૩ )

'આ વાત જાણી તાવને દૂર રાખવો' એટલે જ્યેષ્ઠનો કારણે દૂર કરી તેનો હુમલો મનુષ્ય ઉપર ન થાય તે વિશે થોડા પ્રમત્ત કરવા જોઈએ. તાવ આવડા પછી તેને દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવા જોઈએ, તે વિશે કેટલેક સલાહ નથી પણ આ સૂક્ત વડે એવો ઉપદેશ આપાયો છે કે મનુષ્યે પોતાનું ધર અને ગામની અંદર તેમજ આસપાસની બધીરસા એવી રાખવી કે જેથી આ મલેરિયા તાવ આવડે નહીં અને તેને દૂર કરવા દવા પીવી ન પડે કારણ કે આ તાવ એટલો ખરાબ છે કે એકવાર આવડા પછી પોતાનો પરિજ્ઞાન સ્થિતરથી શરીરમાં મૂકી જાય છે અને તેના નિવારણ માટે વધે સુધી અને મોટા ખર્ચે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર હોય છે.



## કુષ્ઠનાશક સૂક્ત

કંઠ ૧, સૂક્ત ૨૪

(ઋષિ - પ્રથા | દેવતા - આસુરી વનસ્પતિ: |)

સુપ્તર્ણો જાતઃ પ્રથમસ્વસ્ય ત્વં પિત્રમાસિથ | તદાસુરી યુધા જિતા રૂપં ચંક્રે વનસ્પર્તીન્ || ૧ ||

આસુરી ચંક્રે પ્રથમેદં કિલાસમેપજમિદં કિલાસનાર્થનમ્ |

અનીનશત્કિલાસું સરૂપામકરચ્ચચમ્ || ૨ ||

સરૂપા નામં વે માતા સરૂપો નામં વે પિતા | સરૂપકરમોવધે સા સરૂપમિદં કૃધિ || ૩ ||

દ્વામા સરૂપંકરણી પૃથિવ્યા અધ્યુકૃતા | કુદમુ પુ પ્ર સાંધય પુર્ના રૂપાણિ કલ્પય || ૪ ||

અર્થ— સપ્તર્ણ (પ્રથમા જાતા) બધાર્થી પહેલાં જન્મ્યો (તસ્ય પિત્ર) તેનું પિત્ર, (શ્વં આસિથ) તે પ્રાપ્ત કર્યું (યુધા જિતા) યુદ્ધ કરી જીતી તે આસુરી (વનસ્પર્તીન્) વનસ્પતિઓનું (ત્વં રૂપં ચંક્રે) તે રૂપ કરતી રહી [ ૧ ]

(પ્રથમા આસુરી) પહેલી આસુરીએ (દર્દં કિલાસ મેવજં) આ કુષ્ઠની દવા (ચંક્રે) બનાવી છે. (દર્દં) આ (કિલાસ-નાશનં) કુષ્ઠરોગનો નાશ કરનારો છે તેણે (કિલાસં) કુષ્ઠનો (અનીનશત્) નાશ કર્યો અને (સ્વચં) તપ્યાના (સ-રૂપાં) સમાન રંગવાળી (અકરચ્) બનાવી. [ ૨ ]

હે ઐશ્વર્ય! તારી માતા (સરૂપા) સમાન રંગવાળી છે તેમજ (તે પિતા સુરૂપા) તારો પિતા પણ સમાન રંગવાળો છે માટે (ત્વં સ-રૂપ-ઈચ્) તું પણ સમાનરંગ કરાવી છે (સા) તે તું (દર્દં સરૂપં) અને સમાન રંગ રૂપવાળો (કૃધિ) કરે. [ ૩ ]

દ્વામા નામક વનસ્પતિ (સરૂપ-કરણી) સમાન રંગપ બનાવનારી છે તે (પૃથિવ્યા. અધ્યુકૃતા) પૃથ્વી થી ઉત્પત્તિ મળે છે (દર્દં વૃક્ષ મસાધય) આ કષ્મં દીક પ્રકારે સિદ્ધ કરે અને (પુનઃ રૂપાણિ કલ્પય) ફરી પુનઃવત રંગ રૂપ બનાવી દે [ ૪ ]

સાધકાર્થ— સુપ્તર્ણ નામ સૂર્યનું છે તેના કિરણોમાં પિત્ર વધારવાની શક્તિ છે, સૂર્ય કિરણોપર આ પિત્ર વનસ્પતિ ઓમા એન્ડુ થાય છે એમજ ઉપાયોથી રૂપાદીન બનેલી વનસ્પતિઓ રચાયેને સુધારા કરવામાં સહાયરૂપ થાય છે [ ૧ ]

આસુરી વનસ્પતિથી કુષ્ઠ રોગ અને ધનુષી સરી રવા બને છે, તે ખાનીથી કુષ્ઠરોગને દૂર કરે છે અને તેથી સરીરની ત્વચા સમાન રંગરૂપવાળી બને છે [ ૨ ]

હે જોડના સયોગથી આ વનસ્પતિ બને છે, તે જોડના (અર્ધાનું તેના માતાપિતાથી જોડવાના) સરીરનો રંગ સુધારવાના હોય છે તેથી આ વનસ્પતિ પણ રંગ સુધારવામાં સમર્થ છે [ ૩ ]

આ દ્વામા વનસ્પતિ સરીરની ચામડીનો રંગ ઢીક કરનારી છે આ બુધિમાંથી ઉપાદીને લેવાથી તે કાચં કરે છે, તેથી તેના ઉપયોગથી સરીરનો રંગ સુધારી શકાય છે [ ૪ ]

## કુષ્ઠનાશક સૂક્ત

વનસ્પતિના માતાપિતા

આ સૂક્ષ્મના ત્રીજા મ ત્રીજા વનસ્પતિના માતાપિતાઓનું વર્ણન છે એમજે બે રૂક્ષ-વનસ્પતિઓના સયોગથી બનનારી આ ત્રીજી વનસ્પતિ છે બે રૂક્ષોના કલમ ભેડવાથી ત્રીજી વનસ્પતિ વિશેષ શુભમર્મથી સૂક્ત તેવાર થાય છે, એ ઉદાહર-

સાથે બજાનારાઓ બજે છે. કુષ્ઠનાશક રૂપાના આસુરી વનસ્પતિ આ પ્રકારે તેવાર કરવામાં આવે છે સરીરનો રંગ સુધારવાર બે ઐશ્વર્યોના સયોગથી આ રૂપામાં બને છે બે આધારનું જોડતુ હોય છે તેનું નામ માતા અને જેની ઢાખા તેની ઉપર જોડાવામાં આવે છે તેનું નામ પિતા તેમજ તેમના

સંયોગથી જો નવી વનરપતિ અને છે તે ઉપર કહેલા બંનેનો પ્રત્યક્ષ છે. વાચકો આ ઉદાહરણોનું ધ્યાન અહીં આ મંત્રમાં કરો. (મં. ૩)

સરૂપ-કરણ

શરીરના વારત્તિક રંગની સમાન કુઠ રોગના સ્થાનના આમદીનો રંગ બનાવવો એ 'સરૂપકરણ' નું તાત્પર્ય છે. આસુરી શ્યામા વનરપતિ તે કરે છે, માટે કુષ્ઠરોગ ઉપર તેનો ઉપયોગ થાય છે. (મં. ૨-૩)

વનરપતિ ઉપર વિશ્વ

'યુદ્ધવડે જીતેથી આસુરી વનરપતિ દવા બનાવે છે,' આ પ્રથમ મંત્રનું કથન વિશેષ મનનીય છે. વેદોને બધી જ ઔષધિ ઉપર આ પ્રમાણે કાણુ મેળવવો પડે છે. ઔષધિ તેના હાથમાં આવવાની જરૂરી છે. વનરપતિના શુભ ધર્મોના પૂર્ણ પરિચય અને તેના ઉપયોગ કરવાનું ઉત્તમ જ્ઞાન વેદોને હોય જોઈએ. તેમ જો હોય તો ઔષધિ સિદ્ધ થઈ શકાય નહિ. (મં. ૧)

સૂરજનો પ્રભાવ

સૂરજમાં નાના પ્રકારનું વીર્ય છે, તે વીર્ય કિરણોદ્ધાર વનરપતિમાં જાય છે, વનરપતિદ્વારા તેજ વીર્ય પ્રાપ્ત થાય છે અને રોગનાશ અથવા બલવર્ધન કરે છે. આ પ્રકારે આ બધો સૂરજનો પ્રભાવ છે.

સૂરજની વીર્ય-પ્રાપ્તિ  
સૂરજની નાના પ્રકારના વીર્ય પ્રાપ્ત કરવાની આ સૂચના બધી મનન કરવા લાયક છે.

સૂર્ય આત્મા જગતસ્તસ્થુપચ્ચ । (મં. ૧/૧/૫/૧)

'સૂરજ એ સ્થાવર જગમતો આત્મા છે' આ વેદનો ઉપદેશ પણ મનન કરવો જોઈએ. જ્યારે સૂરજથી નાના પ્રકારનું વીર્ય પ્રાપ્ત કરી અમે વધારે વીર્યવાન બનીશું ત્યારે આ મંત્ર જાગે અમારા અનુભવમાં આવી શકે છે.

ઉદાહરણ શરીરે સૂરજ કિરણોમાં હરવાહરવાથી અને સૂરજના કિરણોદ્ધાર પોતાની આમદી સારી પ્રકારે તપાવવાથી શરીરની અંદર સૂરજનું જીવન સંચારિત થાય છે, તેજ પ્રકારે સૂરજના કિરણોથી ગરમ થઈએ તો પવન પ્રભાવામ વડે અંદર લેવાનાં અભ્યાસથી ક્ષયરોગમાં પણ ધણો લાભ થાય છે. તેમજ જીભ અનેક પ્રકારે સૂરજથી અમે વીર્ય પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ. વાચકો પોતે તેમનો અધિક વિચાર કરશે તો તેમને પુષ્કળ લોભ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

વેદોએ શોધખોળ કરી આસુરી શ્યામા વનરપતિ મેળવવી અને તેની દવાથી કુઠ રોગ દૂર કરવો. તેમજ સૂરજથી અનેક પ્રકારના વીર્યો-શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયો શોધી કાઢવા અને તેમનો ઉપયોગ આરોગ્ય વધારવામાં કરતાં રહેવું.

## શ્વેતકુઠ-નાશન-સૂકત

કાંડ ૧, સૂકત ૨૩

(ઋષિ:- બધર્મા । દેવતા:- ઔષધિ: ।)

નક્કંજાતાસ્પોષ્ઠે રામે કૃષ્ણે અસિન્નિ ચ । દ્વદં રંજનિ રજય કિલાસં પલિતં ચ યદ્ ॥ ૧ ॥

અર્થ:- હે રામા, કૃષ્ણા અને અસિન્નિ ઔષધિ ! તું (નક્કં જાતા અસિ) રાત્રીના સમયે નિર્માણ થયેલી છે, હે (રંજનિ) રંગ આપનારી ! (યદ્ કિલાસં પલિતં ચ) જે કુઠ અને શ્વેતકુઠ છે, (દ્વદં રજય) તેને રંગી દે. [૧]

ભાવાર્થ:- રામા, કૃષ્ણા, અસિન્નિ આ ઔષધિઓ છે, તેમનું પોષણ રાત્રીના સમયે થાય છે, તેમાં રંગ યદાવવાનું સામર્થ્ય છે, તેથી તેના લેપથી સફેદ કાંડ દૂર થાય છે. (૧)

ફિલાસં ચ પલિતં ચ નિરિતો નાંદયા પૂર્ણ ।

આ સ્વા સ્વો વિંશતાં વર્ણાં પરાં બ્રુજલાનિ પાતય

॥ ૨ ॥

અસિતં ચ પ્રલપનમાસ્થાનમસિતં તથ । અધિકન્યમ્પાંવધે નિરિતો નાંદયા પૂર્ણ

॥ ૩ ॥

અસ્થિજસ્ય ફિલાસંસ્ય તનુજસ્ય ચ યયચિ । દર્પા કૃતસ્ય પ્રજાના લક્ષ્મ સ્તત્તમનીનશમ્ ॥ ૪ ॥

અર્થ— ( હતા ) એના શરીરથી ( ફિલાસં પાલિત ) કુદ અને મેનુષ્ય તેમજ ( પૂર્ણ ) આ વગેરે બધું ( નિ નાંદયા ) નષ્ટ કરી નાખ ( બ્રુજલાનિ પરા પાતય ) સંદેહ સ્થા હર કરી નાખ ( સ્વા વર્ણા ) યોનાનો રંગ ( સ્વા ) તને ( આધિગતા ) પ્રાપ્ત થાય. [ ૨ ]

( તે પ્રલપન ) તારું ભવ સ્થાન ( અનિત ) કાળા રંગનું છે તેમજ ( તથ અવસ્થાન ) તારું સ્થાન પણ ( અનિત ) કાળુ છે, કે એવધિ ! તું પોતે ( અધિકની અસિ ) કાળા રંગવાળી છે મારે ( હતા ) અદોષી ( પૂર્ણ ) મધ, ( નિ નાંદયા ) નષ્ટ કરી નાખ. [ ૩ ]

( કૃતસ્ય કૃતસ્ય ) દેવતા અસ્યે કિન્નર કોક્ષા ( અધિકન્યમ્પાંવધે ) કાળાથી અધિક શરીરો ઉપન થએલા ( ફિલાસંસ્ય યયચિ એતં લક્ષમ ) કાળા ને આમી ઉપર સંદેહ સ્થા છે તેમના ( પ્રજાના સત્તમનીનશમ્ ) આ યાનથીને નાશ થશે છે. [ ૪ ]

આવાર્થ— શરીર ઉપર જે સંદેહ કાળના કાળા દોષ છે, તે સંદેહ કાળાએને આ એવધિ લેખન કરવાથી દૂર કરે છે અને નામડીના અસ્યથી રંગ શરીર ઉપર લાગે ॥ ( ૨ )

આ વનરપતિ નજ થવાથી યજ્ઞ કાળે રંગ બને છે અને વનરપતિ યજ્ઞ પાતે કાળા રંગની છે, તે મારણે આ વનરપતિ સંદેહ કાળાએને દૂર કરે ॥ ( ૩ )

દુશયજ્ઞના દોષથી ઉપન, દાહકાંથી ઉપન, અધિકાંથી ઉપન બધા પ્રકારના સ્વેતકુહના કાળા આ કાળથી દૂર કરી કાળ છે ( ૪ )

## સ્વેતકુહ-નાશન-સૂક્ત

સ્વેતકુહ

શરીરનો રંગ બધે જોવા જાય છે, ગરો-ઘણો એવો એક દોષના બના કરોરની આમડીના એક વિલક્ષણ રંગ જની ભવ્ય છે, તે રંગ નષ્ટ થતાં શરીર ઉપર સંદેહ કાળા દોષાય છે, તેમનું નામ દોષ છે સ્વેતકુહ આ સ્વેતકુહ શરીર ઉપર દોષાથી શરીરની થોડા નષ્ટ થઈ જાય છે અને સુદોષ સંદેહ મનુષ્ય પણ કદરો દોષાય છે, તેથી આ ( સ્વેત લક્ષમ ) સ્વેત ચિન્દ-સ્વેતકુહ, હર કરવાનો ઉપાય વેદે બહો બતાવ્યો છે.

નિદાન

વેદ આ સ્વેત કુહ નિદાન આ સૂક્તમાં નીચે મુજબ કરે છે—

૧ કૃત્વા કૃતસ્ય-દોષયુક્ત કૃત્વ એટલે દોષયુક્ત આચરણ સદાચાર ન હોવાથી અથવા આચારવિપયક કાંઈ દોષ યુક્તમાં રહેવાથી આ કાંદનો રોગ થાય છે. નેમજ બ્યકિત દોષથી અથવા કુળના દોષના કારણે પણ આ કાંદનો રોગ થાય છે.

૨ અધિગસ્ય-દાહકાંમાં કંઈ દોષ હોવાથી આ થાય છે  
૩ તનુજસ્ય-શરીરિક એટલે અસિના દોષના કારણે કાંદ નીકળે છે.

૪ યચિ-આમડીની અંદર કંઈ દોષ હોવાના કારણે પણ કાંદ થાય છે

આ ઉપર કહેલા દોષો બધા હોય અથવા તેમાંથી થોડા દોષ તો પણ કાંદ થઈ જાય છે.

!! ૧ !! એ પ્રકાર અને તેમના ઉપાય

કહ્યું છે—

!! આ કુક્રમા બેબેદ હોય છે, એક કિલાસ અને બીજો પક્ષિત પક્ષિત શબ્દો કેવળ સફેદ રંગનો બોધ થાય છે, તે કારણે તે સફેદ કાષાનો રૂપક વાચક છે. તે સિવાય બીજા કોઈનું નામ કિલાસ કહ્યું છે. જેમાં ચામડી વિદૂષ બની જાય છે. સારા વૈદ્યોએ આ શબ્દોના અર્થ નક્કી કરવા.

!! ૧ !! રામા, કૃષ્ણા, અસિદિન આ ઔષધિઓ આ કુક્રમેણ ઉપર ધણી ઉપયોગી છે. આ નામ નક્કી કરી વનસ્પતિનાં છે અને કષ્ઠ ઔષધિનાં ઉપયોગથી આ કુક્રમું નિવારણ થઈ શકે છે તે બાવાશાસ્ત્ર નક્કી કરી શકે નહિ. આ વિષય કેવળ શબ્દોથી ઉકેલી શકાય નહિ આ વિષયમાં તો સારા વૈદ્ય જ નિશ્ચિત મત આપી શકે છે. તેમજ તે યોગ્ય રસને શોળખોળ કરી શકે છે. તેથી આ લેખદ્વારા એવા સારા વૈદ્યોને પ્રેરણા આપવાનું જ કામ આપણે છે. વૈદ્યો અનેક વિદ્યાઓ હોવાના કારણે અનેક પડિત વિદ્વાન ભેગા થાય તોજ વેદનું સંશોધન થઈ શકશે. તેથી સારા વૈદ્યોએ આસુવેદ વિભાગનું સંશોધન કરવું જોઈએ. અને તે પ્રત્યક્ષ વિષય હોવાથી આ ઔષધિનો પ્રયોગ કરી તેનું સમયેય પ્રતિપાદન કરવું જોઈએ. વૈદ્યો અને ડોક્ટરો આ વિષયમાં સારી મદદ આપશે એમ આશા છે.

શરીરમાં રંગ ધુસવો

કેટલાક લોકો એમ સમજે છે કે ઉપર ઉપર વનસ્પતિનો રસ વગેરે ચોપાવાથી ચામડાનો ઉપરનો રંગ ખલસાઈ જાય છે, પણ તે વાત સત્ય નથી. આ સૂક્તના બીજા મંત્રમાં

આ ત્વા સ્વો વિશતાં વર્ણઃ ।

‘આપણો રંગ અંદર ધૂસી જાય,’ આ મંત્ર ભાગ બતાવે છે કે આ ઔષધિઓનું પરિણામ ચામડીની અંદર થાય છે એવો જ ગર્ભાંતાય છે. કેવળ ઉપર ઉપર નહિ. ઉપર પરિણામ નજરે પડશે. પણ ‘વિશતાં’ ક્રિયા ‘અંદર ધૂસવાનો’ ભાવ બતાવી રહી છે. માટે ચામડીની અંદર રંગ ધૂસી જાય છે અને ત્યાં તે રિયર થઈ જાય છે, આ મંત્રમાં કહેલી વાત સાચી છે.

ઔષધિઓનું પોષણ

ઔષધિઓનું પોષણ દિવસના સમયમાં થાય છે અથવા રાતની વખતે આ પ્રજા ધણો શાસ્ત્રીય મહત્વનો છે, ઔષધિનો રાત્રી સેમ-અદ્ધ છે, એટલે ઔષધિઓનું પોષણ અને વર્ષન રાતના સમયે થાય છે, આજ વાત ‘નક્ત જાગ્રતા’ શબ્દોથી આ સૂક્તમાં બતાવી છે. ઔષધિઓ રાત્રીના સમયે નિમજ્જી થાય છે, વધે અને પ્રુષ્ઠ થાય છે, આજ બધી ઔષધિઓ સમયમાં આ વાત સત્ય છે એમ અમારો ખ્યાલ છે. વનસ્પતિ વિદ્યા જાણનારા લોકો આ કથનનો અધિક વિચાર કરે.

પ્રથમ કાંઈનું ૧૮મું સૂક્ત ‘સૌભાગ્યવર્ધન’ પર છે તેમાં સૌભાગ્યવર્ધનનો ઉપદેશ આપ્યો છે. તે માટે જી કાંઈને સ્વેતકુહ હોય તો તે દૂર કરવું જોઈએ, તેથી વાચકોએ આ સૂક્ત પહેલાં ૧૮ મું સૂક્ત અનુસંધાનમાં વાંચવું. વાચકો એવો પૂર્વાપર સંબંધ જોઈ સૂક્તના અર્થથી લાભ મેળવશે એવી આશા છે.

## ગણકમાળાની ચિકિત્સા

કાંડ ૭, સૂક્ત ૭૬

( ત્રાષિઃ— અથર્વા । દેવતાઃ— અપવિદ્યેવર્ગઃ, યાગન્યઃ દન્દઃ । )

આ સુક્તસઃ સુક્તસો અસંતીમ્યો અસંતરાઃ । સેહોરસતરા લવણાદિક્લેદીયસીઃ

!! ૧ !!

અર્થ— ( સુક્તસઃ સુક્તસઃ આ ) વહેનારીથી પણ અધિક વહેનારી, ( અસંતીમ્યઃ અસંતરાઃ ) ખરાબમાં ખરાબ ( સેહોઃ અસંતરાઃ ) શુષ્કમાં શુષ્ક અને ( લવણાદિક્લેદીયસીઃ ) ખીઠા કરતા વધારે પાણી કાઢનારી ગણકમાળા છે. [ ૧ ]

ભાવાર્થ— બધી ગણકમાળાઓ વહેનારી, ખરાબ, મુકાવનારી અને દ્રવ ઉત્પન્ન કરનારી હોય છે. ( ૧ )

યા ઈન્દ્રિયા અપચિતોઽયો યા ઉપપદ્યાઃ । વિજામ્નિ યા અપચિતઃ સ્પયંસ્રતઃ ॥ ૨ ॥  
 યઃ કીકેસાઃ પ્રઘ્ણાતિ તલોઽર્ધમિવવિપ્લુતિ । નિર્હાસ્તં સર્વે જાયાન્યં યઃ કથં કક્કુદિ શ્રિતઃ ॥ ૩ ॥  
 પુશ્તી જાયાન્યઃ પતતિ ચ આ વિજિવિ પૂરુષમ્ । તદક્ષિતસ્ય મેપજમુમ્મણોઃ સુધૃતસ્ય ચ ॥ ૪ ॥  
 વિષ વૈ તે જાયાન્ય જાનં પતો જાયાન્ય જાયસે । કથં દ ત્વ ત્વં દનો વસ્યં કૃષ્ણો દુર્ધિગ્દે ॥ ૫ ॥  
 ધૃષ્ટિવ્ય કલ્લો સોમમિન્દ્ર વૃઘ્ણ શરં સમરે વસંતામ્ ।  
 માર્ધ્યન્દિને સર્વં આ વૃપસ્વ રયિષ્ઠાનો રયિમુસ્માસુ વેદિ ॥ ૬ ॥

અર્થ— ( યાઃ અપચિતાઃ પ્રેધ્યાઃ ) ને ગણનાના ગળામાં દોષ છે, ( અયો યા ઉપપદ્યાઃ ) અથવા ને ખભામાં અથવા ખતમાં થાય છે, તેમજ ( યાઃ અપચિતાઃ વિજામ્નિ ) ને ગણનાના શુભ્ર સ્થાન વિષર દોષ છે તે બધી ( કથયંસ્રત ) પોતે વહેનારી દોષ છે [ ૨ ]

( ય કીકેસા પ્રઘ્ણાતિ ) ને હાંસાગીએ તેડે છે, ને ( તલોઽર્ધ અવિવિપ્લુતિ ) પગના તળમાં બેસેલી દોષ છે, ( આ કાચ કક્કુદિ શ્રિત ) ને રોમ પીડમાં બેસે થયેલો દોષ છે, ( ત સર્વે જાયાન્ય ) તે બધા આંખમાં આનંદના રોગોને ( નિઃ શ્વા ) કાઢી મૂકે [ ૩ ]

( પુશ્તી જાયાન્ય પતતિ ) પ ખીની જેમ આ આંખી પેદા થયેલો રોમ ઉડે છે અને ( સઃ પુરુષ આવિષ્ણતિ ) તે મનુષ્યની પાસે પહેલે છે, ( તત્ સક્ષિતસ્ય સુધૃતસ્ય ડમયો ચ ) તે ચિરંજીવી રોગગ્રસ્ત ન થયેલા અથવા ઉત્તમ ક્ષેત્ર અથવા યજ્ઞ યુક્ત બની બનેલી ( મેવર્જ ) ઓપણ છે, [ ૪ ]

હે ( જાયાન્ય ) આંખી ઉત્પન્ન થનારો ક્ષયરોગ । ( પતા જાયસે ) બળથી તું ઉત્પન્ન થાય છે, ( તે જાન વિષ વૈ ) તારો જન્મ અને નાશુએ છીએ ( ત્વ તન્ન કથ દન્ ) તુ ત્યાં કેવી રીતે ગાયો બધ છે ? ( વસ્તુ શુદ્ધે દ્વિઃ કૃષ્ણ ) જેના ધરમાં અને હવન કરીએ છીએ [ ૫ ]

હે ( શૂર ધૃપસ્વ દમ્ ) શર સનુને દમાવનાર ધન્દ । ( કલ્લો સોમં વિષ ) પાત્રમાં મૂકેલા સોમરસ પીએ તું ( વસન્તો સમરે વૃઘ્ણ ) ધનના યુદ્ધમાં સનુને પરાજય કરનારો । ( માર્ધ્યન્દિને સર્વં વાપ્સવસ્વ ) દિવસના મધ્ય સમયના સમયે તું બગવાન થા । ( રયિ-સ્થાનઃ રયિમુસ્માસુ રયિ વેદિ ) તું ધનના સ્થાને રહી અમને ધન આપ, [ ૬ ]

ભાવાર્થ— કેટલીક ગણનાઓના ગળામાં ખભામાં, શરસ્થાને દોષ છે અને તે બધી સર્વ કરનારી દોષ છે ( ૧ )

હાંકામાં, પગના તળેથી પીડમાં એક રોગ થાય છે, જે આ સળખથી થાય છે ( ૩ )

આ રોગના બીજે દવામાં પ ખીની જેમ ઉડે છે તે મનુષ્યમાં બધ છે અને રોમ ઉત્પન્ન કરે છે ને લોકો એવા રોગોથી લાગ્યા સમયથી મરન હોય છે અથવા જેમાં તણ દોષ છે, એવા રોગોને ઓપણ ઉપચાર કરવા જોઈએ. ( ૪ )

આંખી ઉત્પન્ન થનારા ક્ષયરોગ કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે તે બાબત જેમણે જેના ધરમાં હવન થાય છે, ત્યાંના રોગ બીજે હવનથી બળી બધ છે ( ૫ )

હે શર પ્રસો ! આ સોમરસનું સેવન કરે ! ધ સનુઓનો નાશ કરનારો અને બળવાન છે, અમને ધન આપ. ( ૬ )

### ગણનાના

આ એક સૂક્તમાં ખર બોતાં બે લુહા લુહા સૂક્તો છે અને એકનો બીજા કોડે કોષ સંબંધ નથી પણ બે આ બે સૂક્તો નો સંબંધ બેસાડવો જ હોય તો એકજ વિચારે બોધ શકાય છે પહેલાં બે મત્રમાં ગણનાનાં ઉલ્લેખ છે તે ગણના ક્ષયરોગથી ઉત્પન્ન થાય છે અને ક્ષયરોગ આ વિષે વિષયાતિરિકતતાથી ઉત્પન્ન થાય છે આ પ્રકારે સંબંધ બેસાડી આ બે રિચ્છિત સૂક્તો એક સ્થાને કેમ મૂક્યાં છે તેનું જ્ઞાન થઈ શકે છે

આ ગણનાના વહેનારી, સુકાષ્ઠ વધારનારી, મીઠાની જેમ બીની રહેનારી, ખરાબ પરિકામ કરનારી, ગળામાં ઉત્પન્ન થનારી, હાંસાગીઓમાં ઉત્પન્ન થનારી, વિષયાતિરેકના કારણે શુભગતમાં ઉત્પન્ન થનારી છે

તેના રોગ બીજ હાડકા અને પાંસળીઓને કમતાકાત બનાવે છે, હાથપગના તથા ગર્ભ પેદા કરે છે અને પીઠના હાડકામાં રહે છે તે સ્થાનોમાંથી તેમને દૂર કરવા બોધએ

હાથના રોગબીજ ૫ ખીની જેમ હવામાં ઉડે છે અને તે મનુષ્યમાં પ્રવેશ કરે છે, તેમજ તે ( જાયાન્ય ) ઓ સંબંધથી ઉત્પન્ન થાય છે, એટલે સ્ત્રીથી વધારે સંબંધ કરવાથી શરીર વીંધેલી થાય છે અને તેમને વધવાનો અસર મળે છે.

### હવનથી નિરોગીતા

यस्य गृहे हविः कृष्ण तत्र हन । ( મં. ૫ )

‘ જેમના ઘરમાં હવન થાય છે ત્યાં તેમનો નાશ થાય છે. ’ આ હાથરોગના બીજ હવામાં ઉડીને આવે છે અને હવન થતાં જ તેમનો નાશ થાય છે, આ હવનનું મહત્ત્વ છે. વાચકો એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખે, કે હવન આરોગ આપનાર છે. આ પ્રકારે આરોગ્યયુક્ત મનુષ્ય શરૂ હોય છે, તે સોમરસ પાન કરે અને પોતાના શુભ્રાંતુ દમન કરી પોતાના માટે યશ અને ધન સંપાદન કરે.

### ગણ્ડમાળા ચિકિત્સા

કાંડ ૭, સૂકત ૭૪

( કવિઃ- અપર્વાક્તિર. । દેવતા - મન્વેન્દ્રાઃ, જાતવેદા । )

अपचित्तां लोहिनीनां कृष्णा मातेति शुश्रुम । मुनेर्देवस्य मूलेन सर्वा विष्वामि ता अहम् ॥ १ ॥

विष्वाभ्यासां प्रथमां विष्वाभ्युत मथ्यमाम् । इदं जंघन्यामिस्तमा छिनत्ति स्तुકामिव ॥ २ ॥

स्वाष्ट्रेणाहं वचसा वि तं ईर्ष्याममीमदम् । अथो यो मन्पुष्टे पते तर्मु ते शमयामसि ॥ ૩ ॥

व्रतेन त्वं व्रतपते समक्तो विश्वाहां सुमना दीदिहीह ।

तं त्वा वयं जातवेदः समिद्धं प्रजावन्त उप सदेम सर्वे ॥ ૪ ॥

અર્થ— ( લોહિનીનાં અપચિતાં ) લાલ ગણ્ડમાળાની ( કૃષ્ણા માતા હિતિ શુશ્રુમ ) કૃષ્ણા ઉત્પાદક છે એમ સંભળવામાં છે. ( તા- સર્વાઃ ) તે બધી ગણ્ડમાળાઓને ( દેવસ્ય મુનેઃ મૂલેન અહ વિષ્વામિ ) મુનીનામક દિવ્ય-વનરપતિના મૂળથી હું નાશ કરું છું. [ ૧ ]

( આસાં પ્રથમં વિષ્વામિ ) તેમનામાંથી પહેલી ગણ્ડમાળાને હું વીંધું છું ( વ્રત મથ્યમં વિષ્વામિ ) અને મથ્યને વીંધું છું, ( આસાં જંઘન્યામિસ્તમા છિનત્તિ ) તેમાંની નીચલીને હું ખુદી નાખું છું ( સ્તુકામિવ ) જે પ્રકારે ગાંઠ છેડે છે તેમ [ ૨ ]

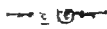
( સ્વાષ્ટ્રેણ વચસા ) સદ્ગતિ ઉત્પન્ન કરનારી વાચ્સપ્તી ( અહ તે ઈર્ષ્યા વિ અમીમદમ્ ) હું તારી ધખ્યાં દૂર કરું છું હે પતે ! ( અથ યઃ તે મન્પુષ્ટઃ ) અને જે તારો ક્રોધ છે, ( તે તં શમયામસિ ) તારા આ ક્રોધને અમે શાંત કરીએ છીએ. [ ૩ ]

હે ( વ્રતપતે ) મતપાલન કરનાર ! ( ત્વં વ્રતેન સમક્તઃ ) તું મતથી સંયુક્ત વધ, ( હદ વિશ્વાહા સુમનાઃ દીદિહિ ) અહીં હમેશા ઉત્તમ માનવાળો યશ પ્રાપ્તિત થા હે ( જાતવેદઃ ) અમે ! ( સર્વે વયં તં ત્વા સમિદ્ધં ) અમે બધા એવા તને પ્રદીપ્ત થએલાને, ( પ્રજાવન્ત- ઉપસેદિમ ) પ્રજાવાળા થઈ પ્રાપ્ત થઈશું. [ ૪ ]

હાવાર્થ— લાલરંગી ગણ્ડમાળાને નાશ કરવા માટે મુનિ નામની ઔષધિની જડ ધણી હાથરોગી છે. ( ૧ ) તેથી પહેલી, વચ્ચી અને નીચલી ગણ્ડમાળાને નાશ થાય છે ( ૨ ) ક્રોધ અને ઈર્ષ્યા સુદૃઢવિચાર વડે દૂર કરવા ( ૩ ) નિયમ પાલનથી મન હવેલી ઉત્તમ રહે છે અને મનુષ્ય પ્રદારમાન થઈ શકે છે. આ ગ્રંથને અમે બધા તેજસ્વી બની, બાળ્યવસ્થા સાથે લઈ તેજસ્વી બનવાની ઉપાસના કરતા રહીશું. ( ૪ )



મુનિ નામ ' દમનક, બક, પનાક પ્રિવાલ, મદન ' વગેરે અનેક ઓદિઓ ॥ છે તેમાંથી કમ ઓદિ મરડામાં  
દૂર કરનારી છે તેને નિશ્ચય વૈદ્યોએ કરવો જોઇએ અનમાંથી કોપને દૂર કરવો પધ્ધતી નિવર્તોનું પાલન કરતુ વગેરે માત્ર  
આરોગ્ય આપનારી છે તેમાં કમ સહાનર્થી



ગાણ્ડમાળાનું નિવારણ

કાંડે ૬, શ્લોક ૮૩

( જવે - મગા । રેવતા - મગાધા । )

અપચિત્તઃ પ્ર પૈત સુવર્ણો વંસુતેરિવ । સૂર્યઃ કુળોર્ત મેવજ ચન્દ્રમા યોડ્યૌચ્છતુ ॥ ૧ ॥  
અન્યેકા દ્યેન્યેકા કૃષ્ણેકા રોહિણી દ્વે । સર્વસામગ્ર્યં નામારીરઘ્નીરપૈતન ॥ ૨ ॥  
અશ્વત્થિકા રામાયણપૃષ્ઠિત્ર પતિવ્યતિ । જ્ઞોરિતઃ પ્ર પતિવ્યતિ સ ગંહુન્તો નંશિવ્યતિ ॥ ૩ ॥  
ધીહિ સ્વામાહુતિ જુવાણો મનસા સ્વાદા મનસા યદિદં જુહોમિ ॥ ૪ ॥

અર્થ - ( યસતે સુવર્ણ દ્યૈ ) પોતાના રથાનેથી જેમ ગરુડ ટોડે છે તે પ્રમાણે, તે ( અપચિત્તઃ ) ગણ્ડમાળા  
નામના રોગો । ( પ્ર પૈત ) નાસી જા ( સૂર્યઃ મેવજ કુળોર્ત ) તેની દવા યજ્ઞ બનાવે અને ( ચન્દ્રમા યોડ્યૌચ્છતુ ) અદ રોગને દૂર કરે [ ૧ ]  
( યકા દ્યેનૌ ) એક કાળરચીતરી ( યકા દ્યેનૌ ) એક સરે, ( યકા દ્યેનૌ ) એક કાળી ( જે રોહિણી )  
અને કાલ ૨ ગવાગી તે એકલા એમાં બેદ છે ( સર્વસા નામ અગ્રમ ) ગળાના નામે એ કોધા છે, તેથી ( અરીરઘ્ની  
અપૈતન ) મનુષ્યની હિસા ન કરતાં તમે અદીથી દૂર નાસી જાવ [ ૨ ]  
( રામાયણી અશ્વત્થિકા ) નાડીમાં ધ્રુવ રહેનાર આ રોગનું મૂળ, રોગની ઉત્પત્તિ ક્યાં વગર ( અપચિત્ત  
પ્રપતિવ્યતિ ) આ ગણ્ડમાળા દૂર થશે ( જ્ઞોરિતઃ પ્રપતિવ્યતિ ) અદીથી ગળી જનારી દૂર થશે તેમજ ( સ ગંહુન્તઃ  
નંશિવ્યતિ ) તે સહારો રોગ નાશને પ્રાપ્ત થાય [ ૩ ]  
( સ્વા આહુતિ જુવાણા ધીહિ ) પોતાના હવનની આહુતિનું સેવન કરતો બાળી જા ( યદ્ દ્ય મનસા  
જુહોમિ સ્વાદા ) જે આ હું મનથી હવન કરું છું તે ઉપામ હવન થાય [ ૪ ]

વાક્યાર્થ - ગણ્ડમાળાની દવા સૂરજના ડિરેક્શન ૧૧ અને અદમાના પ્રાસાદથી થવું થાય છે એથી મનુષ્યની ગણ્ડમાળા  
ત્વરીત દૂર થઇ જાય છે ( ૧ )  
કાળી સફેદ કાળરચીતરી, સાધારણ લાલ અને વધારે લાલ આ પાંચ પ્રકારની ગણ્ડમાળા હોય છે તેથી મનુષ્યની ઢાંઠી  
ન થતા આ બધા રોગ દૂર થાય ( ૨ )  
તેનું બીજ પ્રમતી-નાડીમાં રહે છે તેમજ તેમાં ફેડાવાળી એમાંથી થા ॥ નિકળે છે તેથી અને સહારો એવા બેદ હોય  
છે, આ બધા પ્રકારના રોગ પહેલા કલા સુજળ દૂર થાય છે ( ૩ )  
મન લગીચીને ઉત્તમ હવન કરવાથી પન આ રોગ દૂર થાય છે ( ૪ )

ગણ્ડમાળા

સૂરજના ડિરેક્શન, અદની પ્રમા અને મન લગાવીને કરેલું હવન આ ત્રણ ઉપાયોથી ગણ્ડમાળા દૂર થાય છે આની  
ઉપચાર પદ્ધતિ વિશે વૈદ્યોને વિચાર સેવો થોડા થશે

# રોગ-ક્રિમિ-નિવારણ

કાંડ ૫, સૂક્ત ૨૬

॥ ૧ ॥

(ઋષિ:- વ્રાતન: । દેવતા:- જાતવેદાઃ, મન્વોક્તા: ।)

પુરસ્તાદ્યુક્તો વંદ જાતવેદોઽર્થે વિદ્ધિ ક્રિયમાર્ણં યથેદમ્ ।

ત્વં મિપર્ગમેપજસ્યાસિ કૃતો ત્વયા ગામશ્ચં પુરુષં સનેમ' ॥ ૧ ॥

તથા તદગ્રે કૃણુ જાતવેદો વિશ્વેભિર્દેવૈઃ સહ સંવિદ્વાન: ।

યો નોં દિદેવં યતુમો જઘાસ યથા સો અસ્ય પરિધિષ્પતાતિ ॥ ૨ ॥

યથા સો અસ્ય પરિધિષ્પતાતિ તથા તદગ્રે કૃણુ જાતવેદ: । વિશ્વેભિર્દેવૈઃ સહ સંવિદ્વાન: ॥ ૩ ॥

અસ્યૈકેનિ વિશ્વ્ય હૃદયં નિ વિશ્ય જિહ્વાં નિ તુંદ્રિ પ્રવુતો મૃણીહિ ।

પિશાચો અસ્ય યતુમો જઘાસાર્થે યવિષ્ઠ પ્રતિ તં મૃણીહિ ॥ ૪ ॥

યદર્થ્યે હૃતં વિહૃતં યત્પરામૃતમાત્મનો જગ્ધં યતમત્પિશાચૈઃ ।

તદગ્રે વિદ્વાન્પુનરા મરુ ત્વં શરીરે માંસમસુમેર્યામ: ॥ ૫ ॥

અર્થ:- હે જાતવેદ અગ્ને ! (ત્વં મિપર્ગ્) તું વેદ અને (એવજસ્ય કર્તા અસિ) ઓપક કરનારો છે. (પુરસ્તાત્ યુક્ત: વંદ) પ્રથમથી જ બધા કાર્યોમાં નિયુક્ત થઈ કાર્યોના ભાર ઉઠાવ. (યથા હૃદં ક્રિયમાર્ણં વિદ્ધિ) જેમ આ કાર્ય કરાય છે તેને તું જાણ. (અથવા ગાં અર્થ્ય પુરુષં સનેમ) તારી મર્યાદા જાણ, ધૌઢા અને માણસ ખાટે ઉત્તમ પ્રકારનું આરોગ્ય અને પ્રાપ્તિ કરીશ. [ ૧ ]

હે જાતવેદ અગ્ને ! (વિશ્વેભિઃ દેવૈઃ સહ સંવિદ્વાનઃ) બધા દેવોની સાથે મળી (તથા તત્ કુરુ) તેવી વ્યવસ્થા કર. કે (યથા અસ્ય સઃ પરિધિ પતાતિ) જેથી આ રોગની તે મર્યાદા પડી જાય. (યા ના દિદેવ) જે અમને પીડા આપે છે અને (યતમઃ જઘાસ) જે અમને ખાઈ જાય છે. [ ૨ ]

હે જાતવેદ અગ્ને ! (વિશ્વેભિઃ દેવૈઃ સહ સંવિદ્વાનઃ) બધા દેવોની સાથે મળી તું (તથા કુરુ) તેનું આચરણ કર કે (યથા અસ્ય સઃ પરિધિ પતાતિ) જેથી આ રોગની તે બધી મર્યાદા નષ્ટ થઈ જાય. [ ૩ ]

હે અગ્ને ! (અસ્ય અસ્યૈકેનિ વિશ્વ્ય) એની આંખોને ફેડી નાંખ, (હૃદયં નિવિશ્ય) હૃદયને વીંધી નાંખ, (જિહ્વાં નિવિશ્ય) જીહ્વાને કાપી નાંખ, (દતઃ પ્ર મૃણીહિ) દાંતને પથ્થુ તેડી નાંખ, હે (યવિષ્ઠ) ખસવાથી ! (અસ્ય યતમઃ પિશાચઃ જઘાસ) એને જે રકત બહાર કાઢે બધો છે (તં પ્રતિ મૃણીહિ) તેનો નાશ કર. [ ૪ ]

હે વિદ્વાન અગ્ને ! (પિશાચૈઃ અસ્ય આત્મનઃ) માંસ બહાર કાઢે એના પોતાના શરીરનો (યત્ હૃતં વિહૃતં, યત્ પરામૃતં) જે ભાગ હટાડે, પદ્મથી લીધો અને જે લુટારો છે અને (યતમત્ જગ્ધં) જે ભાગ ખરાબ થયો છે, (અથ તત્ પુનઃ આમર) તું તે ફરી ભરી દે અને (શરીરે માંસં મસું આ ર્મર્યામઃ) શરીરમાં માંસ અને પ્રાણને સ્થાપિત કરીએ છીએ. [ ૫ ]

ભાવાર્થ:- હે જાતવેદ નેવ ! ॥ પોતે વેદ છે અને હવા બનાવવામાં પ્રવિણ છે, રોગનિવારણના ઉપાય જે અહીં કરાય છે, તે હીક છે કે તુલિ 'તેનું નિરીક્ષણ ॥ તારી ચિકિત્સાથી અને જાણ, ધૌઢા, મનુષ્યે ઉત્તમ આરોગ્યપુરુષ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી શકીશ. ( ૧ )

ત જાણ, ઓપક, વાણ વગેરે દેવતાઓને અનુકૂળ બનાવી એવી વ્યવસ્થા કર જે જેથી પીડા આપનારા અને માસને ફાળુ કરનારા રોગ જીવોની શરીરમાં યજ્ઞેવી મર્યાદા નષ્ટ થઈ જાય ( ૨-૩ )

જે માંસ સક્ષક રોગક્રિમિઓ એનું માંસ ખાધું છે, તેના નાશ કર, તેના બધા અવયવો નષ્ટ કરી નાંખ. ( ૪ )

માંસ બહાર કાઢક્રિમિઓ આ રોગોના જે ને અવયવો છીણી કાઢો, તેમને ફરી પુષ્ટ કર જેથી એના શરીરમાં ફરી માંસની વૃદ્ધિ થાય. ( ૫ )

આમે સુપંકે ઘ્રવલે વિપંકે યો માં વિશ્વાચો અર્ચને દુદર્મ્મ ।

તદ્વાત્મનાં પ્રજયાં વિશ્વાચા વિ યાતવ્યન્તામગ્રદોક્ષ્યમસ્તુ

॥ ૬ ॥

દીરે માં મુન્યે યત્તમો દુદર્મ્મકૃષ્ણન્યે અર્ચને ઘ્રાન્યેક્ષે યા ।

તદ્વાત્મનાં પ્રજયાં વિશ્વાચા વિ યાતવ્યન્તામગ્રદોક્ષ્યમસ્તુ

॥ ૭ ॥

અપાં મા પાને યત્તમો દુદર્મ્મ કૃષ્ણાઘાતુનાં ઘ્રયને ઘ્રયાનમ્ ।

તદ્વાત્મનાં પ્રજયાં વિશ્વાચા વિ યાતવ્યન્તામગ્રદોક્ષ્યમસ્તુ

॥ ૮ ॥

દિવાં મા નક્તે યત્તમો દુદર્મ્મ કૃષ્ણાઘાતુનાં ઘ્રયને ઘ્રયાનમ્ ।

તદ્વાત્મનાં પ્રજયાં વિશ્વાચા વિ યાતવ્યન્તામગ્રદોક્ષ્યમસ્તુ

॥ ૯ ॥

કૃષ્ણાર્દમમે રુધિરં વિશ્વાર્ચં મનોદનં જહિ જાતવેદઃ ।

તમિન્દ્રોઽં ઘ્રાજી ઘ્રજેણ હન્તુ ચિહ્નનતુ સોમઃ શિરોઽસ્ય ઘ્રુષ્ણઃ

॥ ૧૦ ॥

અર્થ— ( યા વિશ્વાચ. આમે સુપંકે ) એ માંસ ખાનારો કિમી કાચા, સોરી રીતે પરિપાક થએલા ( ઘ્રવલે વિપંકે અર્થને માં દુદર્મ્મ ) અડધા પાકા, રિશિય પાકા બોજનમાં પ્રવિષ્ટ થઇ અને હવેને પહેલાં છે. ( તત્ વાત્મના મજયા વિશ્વાચાઃ ) તે પોતે અને પ્રજાની સાથે તે બધા માંસભક્ષક કિમી ( વિ યાતવ્યન્તાં ) હટાવવામાં આવે અને ( અર્ચં અગ્રદઃ અસ્તુ ) બા પ્રજા નિરોગી થાય. [ ૬ ]

( યત્તમા દીરે મન્યે અઠાણન્યે ઘ્રાન્યે ) એ દૂધમાં, ઘાસમાં, એકા વચર પાત્રેલા ખનાજમાં તેમજ ( ય. અર્થને માં દુદર્મ્મ ) એ બોજનમાં કાળી અને દળાવે છે, ( તત્ આઠ ) તે માંસભક્ષક કિમી પોતાની સંતતિ સાથે દૂર કરવામાં આવે અને પુરૂષ આરોગ્યમાં થાય. [ ૭ ]

( યત્તમા કૃષ્ણાત્ ) એ માંસભક્ષક કિમી ( અપાં પાને ) પીવાના પાણીમાં, નાસ્તામાં અને ( યાતુનાં ઘ્રયને ઘ્રયાનં ) મુસાફરીની પધારીમાં સુષ્ણ જવાથી ( માં દુદર્મ્મ ) અને દળાવી રહ્યા છે. ( તત્ આઠ ) તે માંસ ભક્ષક કિમી પોતાની સંતતિ સાથે દૂર કરવામાં આવે અને બા મનુષ્ય નિરોગી થાય. [ ૮ ]

( યત્તમા કૃષ્ણાત્ ) એ માંસભક્ષક કિમી ( દિવાં નક્તે યાતુનાં ઘ્રયને ઘ્રયાનં માં દુદર્મ્મ ) દિવસે અથવા રાત્રે થાનિઓના ઉપવાના સ્થાનમાં સુષ્ણ જવાથી અને દળાવે છે, ( તત્ આઠ ) તે પોતાની સંતતિની સાથે દૂર કરવામાં આવે અને બા મનુષ્ય નિરોગી થાય [ ૯ ]

હે જાતવેદઃ અર્ચને ! ( કૃષ્ણાર્દં રુધિરં મનોદનં વિશ્વાર્ચં જહિ ) માંસભક્ષક, રુધિરકૃષ્ણ, મનને ખાનારા, લોહી ખાનારા કિમીને નાશ કર. ( ઘ્રાજીઽં ઘ્રજેણ હન્તુ ) જળવાનું હંદ તેને વળથી આરી નાખે, ( ઘ્રુષ્ણઃ સોમઃ અસ્ય શિરઃ હિનનતુ ) નિર્ભય સોમ તેનું માથું વાડી નાખે. [ ૧૦ ]

ઘ્રાવાર્ચ— એ સોરી રીતે કરનારા કિમી કાચા, અડધા પાકા અને અધિક પાકા થએલા બોજનની વસ્તુઓમાં પ્રવેશ કરી રાત્રીને છે, તેમને સમૂળ નાશ કરવામાં આવે અને મનુષ્ય નિરોગી અને ( ૧ )

દૂધ, ઘાસ, અનાજ તેમજ બોજનના બીજા પ્રકારો દ્વારા સોરીમાં પ્રવેશ કરી એ રોગ કૃમી સતાવે છે તે દૂર કરવામાં આવે અને માથું નિરોગી અને ( ૭ )

એ માંસ કીચું કરનારા કિમી છે, એ જલપાન દ્વારા તેમજ અનેક મનુષ્યોની સાથે ઉપવાથી સોરીમાં પ્રવેશ કરી સતાવે છે, તેમને દૂર કરી બા મનુષ્ય નિરોગી અને ( ૮ )

એ કિમી દિવસની અથવા રાત્રીની વેળા અનેક મનુષ્યની સાથે સુવળા કાચે સોરીમાં પ્રવેશ કરી સતાવે છે તેમને દૂર કરી મનુષ્ય નિરોગી અને. ( ૯ )

રક્ત અને માથાની કીચુંતા કરનારા, મનને મોહિત કરનારા રોગકિમી છે તેમને દંદ અને સોમના પ્રધાનથી દૂર કરવામાં આવે. ( ૧૦ )

સનાદમે મૃણસિ યાતુધાનાન્ ત્વા રક્ષાંસિ પૃતનાસુ જિગ્મુઃ ।

સહમૂરાનતું દહ કૃવ્યાદ્વો મા તે દેત્યા મુઘત દૈવ્યાયાઃ ॥ ૧૧ ॥

સમાહર જાતવેદો યદ્વતં યત્પરામૃતમ્ । ગાત્રાણ્યસ્ય વર્ધન્તામંશુરિવા પ્યાયતામયમ્ ॥ ૧૨ ॥

સોમસ્યેવ જાતવેદો અંશુરા પ્યાયતામયમ્ । અર્ષે વિરશ્ચિનં મેષ્યમયક્ષમં કૃણુ જીવંતુ ॥ ૧૩ ॥

પૃતાસ્તે અગ્રે સમિધઃ પિશ્નાચજન્મનીઃ । તાસ્ત્વં હુપસ્ત્વ પ્રતિં ચૈના મૃદાણ જાતવેદઃ ॥ ૧૪ ॥

તાર્દાધીરમે સમિધઃ પ્રતિં મૃદ્ધાઘર્ષિણી । જહાતુ કૃવ્યાદ્રૂપં યો અસ્ય માંસં જિહીર્ષતિ ॥ ૧૫ ॥

અર્થ— હે અગ્ને ! ( યાતુધાનાન્ સનાન્ મૃણસિ ) ખીણ આપનારા કિમીઓને તું હમેશા નષ્ટ કરે છે. ( ત્વા રક્ષાંસિ પૃતાનાસુ ન જિગ્મુઃ ) તને રાક્ષસો યુદ્ધમાં પરાજીત કરી શક્તા નથી. ( સહ-મૂરાન્ કૃવ્યાદ્. અતુદ્ધ ) માંસ બહુકેને ખૂણસહિત ખાળી નાંખ. ( તે દૈવ્યાયાઃ દેત્યા મા મુઘત ) તારા દિવ્ય સભથી કોઈ છૂટી ન શકે [ ૧૧ ]

હે જાતવેદ ! ( અસ્ય યત્ દહતં યત્ પરામૃતં ) એનો જે ભાગ દહીં લીધો છે અને નષ્ટ કરી લીધો છે, તે ભાગને ( સમાહર ) પુનઃ દીક પ્રકારે ભરી દે. ( અસ્ય ગાત્રાણિ વર્ધન્તાં ) એના અંગો પુષ્ટ થાય. ( અર્ષે મંશુઃ હવ આપ્યાયતાં ) આ મનુષ્ય અંદરનાની જેમ વૃદ્ધિને પ્રાપ્ત થાય [ ૧૨ ]

હે જાતવેદ ! ( અર્ષે સોમસ્ય અંશુઃ હવ આપ્યાયતાં ) આ મનુષ્ય અંદરનાની કળાની જેમ વધે છે અગ્ને ! તેને ( વિરશ્ચિનં મેષ્યં અયક્ષમં કુરુ ) નિર્દોષ, પવિત્ર અને નિરોગ કર અને એ ( જીવંતુ ) હીર્વજીવન ઇવે [ ૧૩ ]

હે અગ્ને ! ( પૃતાઃ તે સમિધ પિશ્નાચજન્મનીઃ ) આ તારો સમિધાઓ માંસ ખાનારા રોગ કિમીઓને દૂર કરનારી છે. હે જાતવેદ ! ( ત્વં તાઃ હુપસ્વ ) તું તેમનું સેવન કર અને ( પનાઃ પ્રતિં મૃદાણ ) તેમનો સ્વીકાર કર. [ ૧૪ ]

હે અગ્ને ! ( તાર્દ-અર્ધાઃ સમિધઃ ઘર્ષિણી પ્રતિમૃદાદિ ) તૃણ રોગને સમન કરનારી આ સમિધાઓને તુ પોતાની જ્વાળાઓથી સ્વીકૃત કર ( યઃ અસ્ય માંસં જિહીર્ષતિ ) જે એના માંસને ફીણી કરવા ઇચ્છે છે, તે ( કૃવ્યાદ્રૂપં જહાતુ ) માંસબહુક એના રૂપને ઊડી દે [ ૧૫ ]

ભાવાર્થ— અગ્નિ આ કિમીઓને હમેશા દૂર કરે છે, આ ફીણતા કરનારા કિમી અગ્નિને પરાજય કરી શક્તા નથી. તેથી અગ્નિ વડે આ રોગ કિમીઓનું કૂળ સમૂળ નષ્ટ થી નાખવું ( ૧૧ )

આ રોગોના જે અવયવો ફીણી થવા હતા, તે ફરી પુષ્ટ થાય અને તેના બધા અવયવો ફરી પુષ્ટ થાય જે પ્રકારે અંદરના વધે છે, તે પ્રકારે આ વધે. ( ૧૨ )

અંદરનાની કળાની સમાન આ વધે, રોગી દોષસંહિત, પવિત્ર અને નિરોગી થાય અને હીર્વજીવન મુખી થવડો રહે ( ૧૩ )

જે સમિધાઓ ચક્ષમા હોવાય તે રોગ કિમીઓનો નાશ કરનારી છે. તેમને ખાળી અગ્નિ દ્વારા આ રોગ કિમી દૂર કરવા ( ૧૪ )

જે કિમી રોગોના માંસને ફીણી કરે છે, તેમનો પૂર્ણ રીતે નાશ થાય, આ સમિધાઓને ખાળી પ્રદીપ્ત કરે તો અગ્નિ આ રોગ કિમીઓનો નાશ કરે ( ૧૫ )

## રોગ-કિમિ-નિવારણ

રોગોના કૃત્તિ

આ સૂક્તમાં રોગ જન્મીએનું વર્ણન છે. કેટલીક જાતના કૃત્તિ એવા છે કે તે શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે અને વિવિધ પાતનાઓ ઉત્પન્ન કરે છે, મનુષ્યને તેમનાથી વળી ખીણ થાય

છે. આ કૃત્તિઓને દૂર કરવાનું સાધન આ સૂક્તમાં કહ્યું છે આ સાધન વૈષ્ણ, યોગધિ અને અગ્નિ છે. આ સૂક્તમાં એ કૃત્તિઓનું વર્ણન છે તે પહેલાં જોઈશું—

( ૧ ) યા વિદેષ- જે શરીરને ખીણ આપે છે, જે કારણે

કરી પાડું મસળાયા જેનું અક્ષત બને છે, અથવા પુરી  
મથા જેમ તેમાં અક્ષતતા આવે છે ( મં. ૩ )

( ૨ ) વતના જણાસ- ને કઠીને ખાત્ર નવ્ય છે અને  
કીજી કરે છે. ( મં. ૩, ૪ )

( ૩ ) પિશાચુ-ન પિચિત્તાજ ) માંસ ખાનારો, રક્ત  
પિનારો ને રોગક્રિમી કરીરમાં પેસી જવાથી લેદી, માંસ  
વગેરે પાત્ર કીજી થવા લાગે છે ( મં. ૪-૧૦ )

( ૪ ) દુર્મ, વિદુર્મ, પરામૂત, જાંઘ- કરીનું લોહા,  
મીઝ દરજી કરે છે, ગિંધા પ્રકારે લૂટે છે, કરીરની  
જીવનશક્તિઓને નષ્ટ કરે છે અને ખાત્ર નવ્ય છે. ( મં. ૫ )

( ૫ ) કાવ્યાદ- ( કાચિ-સદુ ) ને કરીરનું કાચું માંસ  
ખાય છે ( મં. ૮-૧૧ )

( ૬ ) કઠિર- આ રાતરજ દેખ છે, લોહીમાં ભળી  
જનારો છે, રક્તમાં રહે છે. ( મં. ૧૧ )

( ૭ ) મનોહના- મનની મનનશક્તિનો નાશ કરે છે,  
ન્યારે આ રોગક્રિમી કરીરમાં જાય છે, ન્યારે મનનશક્તિ  
નષ્ટ થાય છે મન કીજી થાય છે ( મં. ૧૦ )

( ૮ ) વાતુવાના- ( વાતુ ) વાતના ( વાના ) ધારણ  
કરનારો, આ ક્રિમી કરીરમાં ગયા તો રોગીને વાતનાઓ થાય  
છે ( મં. ૧૧ )

( ૯ ) રક્ષા- ( રક્ષર ) કીજી કરનારો. ( મં. ૧૧ )  
આ બધા શબ્દો રોગ જંતુઓના ગુણુ ખતાવે છે, વાતુઓ  
આ શબ્દોનો વિચાર કરી રોગક્રિમીનું સ્વરૂપ જાણી લે અને  
તેથી થનારા રોગોની પીડાઓનો વિચાર કરે આ ક્રિમીકેવી  
રીતે કરારમાં પ્રવેશ કરે એ તે વિષે હવે જુઓ—

રોગજંતુઓનો શરીરમાં પ્રવેશ

મામે, શાકલે સુપેક, ઘિપેક, અઠઠપચવે ઘામ્બે,  
મશને, કોરે, મન્થ, અપા પાને, વાતૂનાં કાચને  
હરકમ્પા ( મં. ૮-૮ )

દિવા નક્કં વદસ્મ ( મં. ૯ )

‘ કાચુ, અઠુ પાકુ, પૂણું પાકું, વધારે પાકુ ને  
અત્ર દેખ છે, ખેતી વગર ને નિર્માણ થાય છે, તે ધાન્ય  
વગેરે પદાર્થોનું જોજન, દૂધ, દહીં, ખાસ, પાણી વગેરે પાંડું  
અને અમ મળ લોકોની પચારીમાં યજુ આ કારણેથી રોગ ક્રિમી  
દિવસે તેમજ રાત્રે કરીરમાં જાય છે અને રોગ ઉપજ કરે છે  
આ વાત ખીજી રીતે વળવેદમાં આવી છે, તે જુઓ—

યે બજેપુ વિશિષ્વમિતિ પાજેપુ વિષતો અનાત્ર । ।

। । । । । ( પાટુ. ૧૫૬૩ )

‘ જે અત્રમાં અને પાણી સીવાતા વાસજીમાં રહી લોકોના  
કરીરમાં યુમે છે અને તેમના સ્વાસ્થ્યને બીધે છે, ‘ એટલે  
ખીવાર કરે છે આ મંત્રનું સ્પષ્ટીકરણ ઉપર લખેલું છે ત્રણ  
મંત્રો । । તાત્કાલે તે દૃષ્ટિએ વળવેદમાં મંત્ર અને અર્થને વેદ  
મંત્રની તુલના કરી મંત્રનો થોડા અનુમાનમાં મારજી કરે

અગિચ્ચ પ્રાપ્ત

ઉપર કહ્યા મુજબ રોગક્રિમી કરીરમાં જાય છે, ફરી ત્યાંથી  
તેમને કષ્ટ રીતે દૂર કરવા તે વિષે હવે વિચાર કરવાનો છે.  
તેની પહેલી રીત આ છે—

યુક્તઃ મિદક્ । મેરજસ્ય કર્તા । કિયંમાર્ગ  
ભસે નેષિ । ( મં. ૧ )

‘ સારો વેદ, ને ઓતપી ખૂતાવવાનું જાણે છે, કરવાનો  
પ્રયોગ પહેલેથી જાણે છે ‘ એવા પ્રકારનો મુખોપ્ય વેદ પોતાના  
પ્રજાજી સોગી અનુબંધે નિરોધી બતાવે, આ વેદ—

વિષ્વેમિઃ દેવૈઃ સંવિદાનઃ અસ્ય પરિધિઃ વતાતિ  
( મં. ૨/૩ )

‘ બધા દેવોની સહાયતા પ્રાપ્ત કરવાની રીત જાણી, આ  
રોગની અવિધ અપાદા લોહી નાંખે છે, ‘ એવી રીતે તેની  
માદા વટાવ્યા પછી, રોગના મૂળ પોતેજ નાશ પામે છે  
દેવોની ભેટ પરિચય સમ્પવાનું તાત્પર્ય એ છે કે પ્રત્યેક દેવતા-  
ની શક્તિથી ને ચિકિત્સા થઈ શકે છે તે ચિકિત્સા કરી રોગ  
દૂર કરવાની શક્તિ મળતી થતિકા-ચિકિત્સા, જલ-ચિકિત્સા,  
અગ્નિ-ચિકિત્સા, સૌર-ચિકિત્સા, વિદ્યુત-ચિકિત્સા, વાયુ-  
ચિકિત્સા ઓષધિ ચિકિત્સા, માનસ-ચિકિત્સા, હૃદય-  
ચિકિત્સા વગેરે બધી ચિકિત્સાઓ દેવતાઓની શક્તિઓની  
સહાયતાથી થાય છે, દેવોની સાથે બળી રોગ દૂર કરવાનું  
તાત્પર્ય એ જ છે ચિકિત્સક ઉપર કહેલા દેવતાઓ સાથે રહી  
રોગ દૂર કરે છે. આ પ્રકારે—

સ પ્રતિઘ્નૌદિ ( મં. ૪ )

અર્થ અગદઃ અસ્તુ । ( મં. ૫-૬ )

‘ તે રોગ ક્રિમીનો નાશ કર. નેથી આ પાણુસ નિરોગી  
થઈ જાય અને—

૧૧ વિરાગિન મેઘ્યં મયદમ કૃણુ । જીવતુ ।

( મ ૧૩ )

૧૧. આ રોગીને દોષરહિત પતિન અને નિરોગી કર આ મનુષ્ય દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરે ' વૈષ્ણે રોગીની એવી ચિકિત્સા કરવી કે રોગીના શરીરમાંથી બધા દોષો દૂર થઈ જાય રોગીનું શરીર પવિત્ર અને અને તેના શરીરમાંથી મદ્યમરોગ દૂર થઈ જાય કેવળ રોગને રોકનારા વૈદ્યો સારા ન કહેવાય રોકેલો રોગ કેાકેને કેાકે રૂપમાં કદી પણ બહાર પ્રગટ થાય છે માટે શરીર નિર્દોષ અને મહારહિત કરી રોગના બીજ દૂર કરના જોઈએ એ દર્માં ગતર્માં—

વિદાચ્છજમ્મની સમિષ ( મ ૧૪ )

૧૨. આ લોહી સુકાવનારા કૃમિઓને નાશ કરનારી સમિષાઓ નું વર્ણન છે ' પચીય વૃક્ષોની લાકડીઓના આ ગુણ છે હવન સામગ્રી સાથે રાખનાથી પણ આ ગુણ વધી જાય છે હવન ચિકિત્સાનુ આ તત્ત્વ છે વાયક તેનો વધારે પ્રિય ર કરે આ પ્રકારની ચિકિત્સાથી—

તા અશ્વ પુરુષ સ્તનેમ । ( મ. ૧ )

૧ ગાય, ઘેડા અને મનુષ્યો નિરોગી બનવા પ્રાપ્ત કરી શકે ' અગિયારમા મંત્રમાં અભિચિકિત્સાથી આ રોગ જ નુકોને ૧૦ ૩ ૧ ૧ ૧

દૂર કરવાનું કહ્યું છે જ્યાં આ ક્રિમી છે ત્યાં અભિચિકિત્સાનાથી અથવા હવન કરનાથી ત્યાંથી તે બળી નાશ પામે છે અને એ રોગે તે સ્થાન આરોગપૂર્ણ બને છે

સ સર્ગ રોગ

કેટલાંક રોગો એક બીજાના સંપર્કમાં આવતાં થાય છે, મલીન લોકોની પચાવીમાં ( શાયને શાયન ) સૂતાથી તેમજ તેમના સહેલાસમા રહેતાથી થાય છે, જા સર્ગસ્થાને અભિચિકિત્સાનાથી સર્ગ દોષ દૂર થાય છે મળીને હવન કરનાથી પણ સર્ગ દોષ દૂર થાય છે

રોગ હટાવવાનું લક્ષણ

રોગ હટતાં મનુષ્યનું શરીર પુષ્ટ થવા લાગે છે તેજ આરોગ્ય પ્રસિદ્ધિ લક્ષણ છે—

શરીરે માસ મર । મસુ વેરયામ । ( મ ૫ )

સોમસ્ય અશુ દ્ય આપ્યાયતા । ( મ ૧૨ ૧૩ )

' શરીરમાં માંસ વધતું, પ્રાણીને ચેતના પ્રાપ્ત થવી, ચદ્ર માની કળાની જેમ વૃદ્ધિ પ્રાપ્ત થવી ' આ આરોગ્યના ચિન્હો છે, ચદ્રમાંની જેમ ચહેરો દેખાવા લાગે કે સમજાવતું તે મનુષ્ય નિરોગી છે

આ પ્રકારે આ સૂક્તનો વિચાર કરવાથી અનેક બોધ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે વાયકો આ પ્રકાર વિચાર કરી બોધ પ્રાપ્ત કરી એવી આશા છે

## રોગોત્પાદક ક્રિમી

કાંકે ૨, સૂક્ત ૩૫

( કવિ - કાળવ । । દવતા - મહી, વદમા । )

इन्द्रस्य या मही दृपत्किमेर्विषस्य तर्हणी । तथा पिनाम्भि सं किमीन्दृषद्वा खल्वौ इव ॥ १ ॥

અર્થ— ( इन्द्रस्य या मही दृपत् ) ધર્તી જે મોટી સિલા છે તે ( विषस्य किमे तर्हणी ) બધા ક્રિમીઓને નાશ કરનારી છે ( तथा पिनाम्भि सं किमीन्दृषद्वा ) તેથી ક્રિમીઓને અમદી નાંખ ( दृपद्वा खल्वौ इव ) જેમ પત્થરો થી ચણીને પીસે છે [ ૧ ]

બાબાર્થ— બધા પ્રકારના ક્રિમીઓને નાશ કરવામાં સમર્થ હિન્દ એટલે આત્માની દૃઢ સક્તિ છે તેથી હું રોગ ઉપાદાન કરનારા ક્રિમીઓને નાશ કરું છું ( ૧ )

દૂષ્ટમૂદ્રમત્તદમર્થો વૃક્ષરૂમત્તદમ્ । અસ્મદ્વન્તર્મર્થોન્નિષ્ક્રિયીન્વર્ચસા જન્મયામસિ ॥ ૨ ॥  
અસ્માદ્વન્તર્મ્મ મહતા વધેને દૂના અર્દના અરમા અર્ધવન ।

શિષ્ટાન્નશિષ્ટાન્નિ તિરમિ યાચા યથા કિર્મીનાં નકિદ્વચ્છિયતે ॥ ૩ ॥

અન્વાન્વયં શીર્ષર્ણમયો પાઈયં કિર્મીન્ ।  
અવસ્કરં વ્યવરં કિર્મીન્વર્ચસા જન્મયામસિ ॥ ૪ ॥

યે કિર્મીન્ઃ પર્વતેષુ વનેષ્વોર્ધધીયુ વૃક્ષસ્વર્ચાન્તઃ ।  
યે અસ્માકં સન્નિમાવિનિષ્ઠઃ સર્વે સઙ્ગેન્નિ જનિન્ કિર્મીનામ્ ॥ ૫ ॥

અર્થ— ( દુષ્ટ મુદ્રમત્તદમર્થ ) દેખ વ છે અને દેખ તા નથી એવા અને પ્રારના કિર્મીઓનું દું નાક કરે છે. ( અયો કુકલ મત્તદમ્ ) અને ભૂમિ ઉપર લપસનારા કિર્મીઓને પણ નદ કરે છે. ( સર્વાન્ અસ્માદ્વન્ ) બધા પધારી વજોર્મા રહેનારા તેમજ ( શત્રુમાન્ ) વેધથી બામતેજ આલનારા બધા ( કિર્મીન્ ) કિર્મીઓને ( વચ્છસા જન્મયામસિ ) પાયા દારા હાણુ છું. [ ૨ ]

( અસ્માદ્વન્ મહતા વધેન ) બુદ્ધિ બુદ્ધિ રહેનારા કિર્મીઓને મોટા પા કરી દું આરે છે. ( દૂના અર્દનાઃ અરમા ) આલનારા અને ન આલનારા બધા કિર્મી રસદીન બની ગયા. ( શિષ્ટાન્ અશિષ્ટાન્ યાચા નિ તિરમિ ) બચેલા અને ન બચેલા બધા કિર્મીઓનો વચાથી દું નાક કરે છે. ( યથા કિર્મીનાં નકિદ્વચ્છિયતે ) એથી કિર્મીઓબધી કોઈપણ બચે નહિ [ ૩ ]

( અવસ્કરં ) આતરમા થનારા, ( વોર્ધવય ) માધાર્મા થનારા ( અયો પાઈયં કિર્મીન્ ) અને પાઈળીઓ-ર્મા થનારા કિર્મીઓને તેમજ ( અવસ્કરં ) અપસનારા અને ( દ્યવરં ) અરાળ રસના ઉપર થનારા બધા કિર્મીઓને દું ( વચ્છસા જન્મયામસિ ) તથા ઓપધિથી દૂર કરે છે. [ ૪ ]

( યે પર્વતેષુ કિર્મીન્ઃ ) જે કિર્મી પહાડી ઉપર થાય છે ( વનેષુ ઔપધિયુ વૃક્ષયુ અન્નુ અન્નઃ ) વન, ઔપધિ, વૃક્ષ, જળ વજોર્મા થાય છે અને ( યે અસ્માકં સન્નિમાવિનિષ્ઠઃ ) જે બધારા સરીર્મા પ્રવેશેલા છે, ( સન્નિ કિર્મીનાં સર્વે જનિમ દ્વિમ ) તે કિર્મીઓના સ પૂર્વે જન્મ દું નદ કરે છે. [ ૫ ]

આવર્થ— આખ વડે દેખાય છે એવા અને નથી દેખાતા તેવા તેમજ ભૂમિ પર લપસનારા અને પ્રારના કિર્મીઓને વચા ઔપધિથી દું દૂર કરે છે ( ૨ )

વચા ઔપધિથી દું બધા કિર્મીઓને દૂર કરે છે, એવાથી એ પૂર્વ ન બચે ( ૩ )  
આતરમા, માધાર્મા, પાઈળીઓમા જે કૃમી ક્રમાર્થના આવસ્થાથી થાય છે તે બધાને દું વચા વનસ્પતિથી દૂર કરે છે ( ૪ )  
જે પર્વતમા, વનોમા, ઔપધિઓમા, વૃક્ષઓમા, તેમજ જલમા કિર્મી હોય છે, તેમજ જે બધારા સરીર્મા પુરે છે, તે બધા કિર્મીઓના દું નારા કરે છે ( ૫ )

## રોગોત્પાદક કિર્મી

કિર્મીઓની ઉત્પતિ

રોગ નિર્માણ કરનારા કિર્મીઓની ઉત્પતિ પર્વત, વન, ઔપધિ, વૃક્ષ અને જળ આ બધાર્મા થાય છે. ( મ. ૫ )  
તેમજ આ કિર્મી—

અસ્માકં સન્નિમાવિનિષ્ઠ ( મ. ૫ )

‘ અમારા સરીર્મા પુરે ’ અને પીડા કરે છે, મારે આ કિર્મીઓને દટાવી આરોગ્ય સાધન કરવું બેધએ આ પાંચમા અર્થનું કથન વિશેષ વિચાર કરવા જેવું છે. પાઈળીમાં સઙ્ગે થનારો વિવિધ પ્રકારના કિર્મી થાય છે, વૃક્ષના સરીર્મા બનેક જ દુ હોય છે, વનસ્પતિ ઉપર અને કિર્મી હોય

છે. જગલમાં જ્યાં બેજવાળી જગ્યા હોય ત્યાં વૃક્ષો વિવિધ જાતીના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. તેમનો સંબંધ મનુષ્ય શરીર સાથે થવાથી વિવિધ રોગો ઉત્પન્ન થાય છે. શરીરમાં એ કયાં જાય તેનું વૃક્ષનું ચોથા મંત્રે કહ્યું છે—

અન્વાન્ત્યં શીર્ષણ્યં અથો પાર્થેય કિમીન્ ॥ ( મ. ૪ )

આતરણમાં, માથામાં, પાંસળાઓમાં આ જંતુઓ જાય છે અને ત્યાં વધે છે. તે કારણે ત્યાં અનેક પ્રકારના રોગો ઉત્પન્ન થાય છે. માટે આરોગ્ય ધ્વજનારાઓએ તેમને દૂર કરવા બોધ્યો. તેમની ઉત્પત્તિ વિશે ૪ થા મંત્રમાં બે ધણી મહત્વના શબ્દો છે—

‘ અવસ્કલ્પં, વ્યવસ્કલ્પં ’ ( મ. ૪ )

૧ અવસ્કલ્પ- ( અવ+સ્કલ્પ ) નીચે જવું. નીચલા સ્થાનમાં જવાથી તેમની ઉત્પત્તિ થાય છે. અહીં આચરણની નીચતા સમજવી યોગ્ય થશે. ૨ વ્યવસ્કલ્પ- ( વિ અવ્+સ્ક ) વિરૂદ્ધ ભાગે ઉપર રમવું. મૂર્ખ વિરૂદ્ધ વ્યવહારોને જે ભાગે છે તે ઉપર રમવાથી રોગના ભીજ ઉત્પન્ન થાય છે. અહ્યયપદિ નિપત્તો પાલન નહિ કરવું વિગેરે ધણી મૂર્ખ વિરૂદ્ધ વ્યવહાર છે, જે રોગ ઉત્પન્ન થવાના કારણરૂપ છે. આ દૃષ્ટિએ આ બે શબ્દો ધણી મહત્વના છે.

દૂર કરવાનો ઉપાય

આ કિમીઓને દૂર કરવાના ઉપાય બે પ્રકારના આ સૂક્તમાં કલા છે—

૧ ઘચ્ચા- વચા નામની વનસ્પતિનો ઉપયોગ કરવો. લાપામાં તેને વચ કહે છે. કિમીનાશક ઔષધિઓમાં એનું મહત્ત્વ બધાથી વધારે છે. તેનું ચૂર્ણ શરીર પર લગાડવાથી કિમી બાધા થતી નથી વચાના મણિ ગળામાં અથવા શરીર ઉપર ધારણ કરવાથી કિમી પીડા દૂર થાય. અને પાણીમાં ભેળવી તેનું સેવન કરવાથી પેટની અંદરના કિમીદાઇ દૂર થઇ જાય છે. ઔષધિ જન્મ ઉપાયોમાં આ સુલભ અને નિશ્ચિત ઉપાય છે.

૨ હન્દ્રસ્ય મહી દ્યવત્- હન્દ્રનો મોગ પત્થર, આ નામનો કાષ્ઠ પદાર્થ છે અથવા આ આધ્માત્મિક શક્તિનું નામ છે તે રિપે હજુ સુધી કાષ્ઠ નિશ્ચય થઇ શક્યો નથી, હન્દ્ર શબ્દનો અર્થ આત્મા છે, તેનો મોટો પત્થર એટલે જેના ઉપર ટક્કર ખાઇ આ રોગ જંતુઓ મરી જાય છે, તે તેની પ્રજન જીવનશક્તિ છે, આ તે બધું ઠીક છે પરંતુ આ વિશે વધારે સંશોધન થવાની જરૂરી છે આત્મશક્તિની સામે આ રોગ કિમીઓનું સુદૃઢ શક્તિ દરી શક્તિ નથી આ કિમી એટલા બધા સૂક્ષ્મ હોય છે કે નરી બાંધે દેખાતા નથી. ( અદૃષ્ટ ) ખીન એવા હોય છે કે જે બાંધીને દેખાય જ નહિ. કેટલાક શરીર ઉપર હોય છે, કપડાને ચોટી બેસે છે, પથારીમાં રહે છે, આ પ્રકારે લુદા લુદા સ્થાનમાં તેમની ઉત્પત્તિ થાય છે. તેમનો નાશ ઉપર કલા સુખ્ય કરવાથી તેમની પીડા દૂર થાય છે અને આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે.

## કિમિ-નાશન

કાંકર, સૂકેત ડર

( ગાવિ- કાળ્વ । દેવતા- ગાદિત્ય । )

उद्यन्नादित्यः किमीन्हन्तु निम्रोचन्हन्तु रश्मिभिः । ये अन्तः किर्मयो गावं ॥ १ ॥

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( ઉદ્યન્ ગાદિત્ય કિમીન્ હન્તુ ) ઉદ્ય પામતો સૂર્ય કિમીઓનો નાશ કરે. ( નિમ્રોચન્ રશ્મિભિઃ હન્તુ ) અસ્ત પામતો સૂર્ય પોતાના કિરણોથી કિમીઓનો નાશ કરે. ( યે કિર્મયઃ ગાવિ અન્તઃ ) જે કિમી જૂંમિ ઉપર છે. [ ૧ ]

ભાવાર્થ— સૂર્ય દેખાથી આવમતા સુધી પોતાના કિરણોથી રોગ ઉત્પાદક કિમીઓનો નાશ કરે છે, આ કિમી જૂંમિ ઉપર રહે છે. ( ૧ )



વિમરૂપં ચતુર્થં ક્રિમિં સારક્ષમર્જુનમ્ । શૃણામ્યસ્ય પૃથીરાપિં વૃદ્ધામિ ચચ્છિરઃ ॥ ૨ ॥  
 અતિયુવદઃ ક્રિમયો હન્મિ કણ્ઠવ્યઅમદગ્રિયત્ । અગસ્ત્યસ્ય વ્રદાણા સં પિનપ્પૃદ્ધં ક્રિમીન્ ॥ ૩ ॥  
 હતો રાજા ક્રિમીણામૃતેષાં સ્થપતિર્હેતઃ । હતો હનમાતા ક્રિમિર્દૃતગ્રાતા હૃતસ્વતા ॥ ૪ ॥  
 હતાસીં અસ્ય વેણસોં હતામઃ પરિવેણમઃ । અયોં યે શુલ્કકાં હૃવ મુર્વેં કે કિમયો હતાઃ ॥ ૫ ॥  
 પ્ર તેં શૃણામિ શૃદ્ધેં યામ્યાં વિતુદ્વાપસિં । મિનામિં તે કુપુમ્મં પસ્તેં વિપ્પાનઃ ॥ ૬ ॥

અર્થ— ( વિશ્વરૂપં ) અને ( ચતુર્થ ) ચાર અર્થવાળા, ( સારક્ષમર્જુન ) મારક મર્જુન ક્રિમિ ) કણ્ઠનારા સૌંદર્યના ક્રિમી હોય છે, ( અસ્ય પૃથીઃ શૃણામિ ) એમના હાથોં દુ બાંધું છે. ( અપિ યત્ તિરાઃ વૃદ્ધામિ ) તેમનું ને અમત છે તે પશુ તેડું છે. [ ૨ ]

દે ( ક્રિમયઃ ) ક્રિમીઓ ! ( અમિયત્ કણ્ઠવ્ય અમદગ્રિયત્ ) અનિ, કણ અને જમણના સમાન ( હૃતિમ ) તમને મારી નાખું છું. ( અહં મગસ્ત્યસ્ય વ્રદાણા ) હું અગસ્ત્યની વિદ્યાથી, ( ક્રિમીન્ સં વિનામિ ) ક્રિમીઓને યગતી નાખું છું. [ ૩ ]

( ક્રિમીનાં રાજા હતાઃ ) ક્રિમીઓના રાજા માર્યો ગયો. ( હત યયોં સ્થપતિઃ હતાઃ ) અને તેમનો રથાન પતિ પશુ માર્યો ગયો. ( હત-માતા, હત-ગ્રાતા, હત-સ્વતા ક્રિમિઃ હતાઃ ) ક્રિમીની માતા, બાપ, બહેન તેમજ તે પોતે પશુ માર્યો ગયો છે. [ ૪ ]

( અસ્ય વેણસઃ હતાસઃ ) એના પરિવારો માર્યા ગયા, ( પરિવેણસઃ હતાસઃ ) તેના સેવકો માર્યા ગયા, ( અયોં યે શુલ્કકાં હૃવ ) હવે ને શુલ્કક ક્રિમી છે ( તે સર્વેં ક્રિમયઃ હતાઃ ) તે મધા ક્રિમી માર્યા ગયા. [ ૫ ]

( તે મૃતેં પ્ર મૃત્ણામિ ) તારા ને સિંગડાં તોડી નાખું છું. ( યામ્યાં વિતુદ્વાપસિં ) જેથી વં કરે છે, ( તે કુપુમ્મં મિનામિ ) તે તારા વિષનો અર્થોં દુ તોડું છું, ( યાં તે વિપ્પાનઃ ) ને, તારા વિષનું રથાન છે. [ ૬ ]

આવાય— આ ક્રિમી ઘણા પ્રકારના વિવિધ રસરસવાળા હોય છે. કેટલાક સફેદ અને બીજા અન્ય રંગના હોય છે. તેમાંથી કેટલાકને ચાર અર્થવા તેથી વધારે અર્થ હોય છે. ( ૨ )

અનિ, કણ, જમણ અને અગસ્ત્ય આ નામો વડે સુચિત થનારા ઉપાયો છે, ને વડે આ રોગ બીજાને નાશ થાય છે. આ ઉપાયોથી એ ક્રિમીઓના મૂળગીજ પાત્ર નાશ થઈ ના પડે છે ( ૩-૪ )

એમનો અર્થો પરિવાર મર્જુ મર્જુ દૂર થઈ ના પડે છે ( ૫ )

તેમાં ને મરતું રથાન ને તેના પશુ પ્રથમ કહેલા ઉપાયથી નાશ થાય છે ( ૬ )

## ક્રિમિ-નાશનં

સૂરજના કિરણોનો પ્રભાવ

સૂરજના કિરણોમાં એવી શ્વનશક્તિ હોય છે કે જેથી સર્વ પ્રકારના રોગબીજો દૂર થાય છે. તેથી ને રથાને રોગ જતો નથી વધી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે, તે રથાનમાં સૂરજના કિરણો પહોંચ્યાવાથી તે બધા રોગો દૂર થઈ ના પડે છે. ને ધરમાં રોગ ઉત્પન્ન થયા હોય તે ધરના ઓપરામણી સૂરજના કિરણો પ્રગળ પ્રભાવમાં તે ધરમાં પ્રવેશ કરાવવાથી ત્યાંના

રોગ દૂર થઈ ના પડે છે. કારણે રોગ બીજોને હતાવનારો સૂરજ નેમ પ્રભાવથી બીજો કોઈ પશુ નથી.

ક્રિમીઓના લક્ષણો — આ સૂરજના બીજા મંત્રમાં આ ક્રિમીઓના કેટલાક લક્ષણો કહ્યાં છે. ભુઓ ( મં. ૨ ) —

૧ સૂરજનઃ સૂરેદ રજવાણા.

૨ સારંગાઃ વિવિધ રજવાણા, ચિત્રવિચિત્રવર્ણવાણા, જેના શરીર ઉપર પ્રકા હોય છે.

૩ ચતુરશ્ત્રા- ચાર આંખવાળા, ચારે બાજુએ જોના  
શરીરમાં આંખો છે

૪ વિશ્વરૂપ- વિવિધ રંગરૂપવાળા,  
આ લક્ષણોથી આ કિમીઓ ઝોળખાય છે

ખીખોનો નાશ કરવાની વિદ્યાઓના આ નામ છે પ્રાચીન  
વિદ્યાઓનું સ શોધન કરનારાઓએ આ વિદ્યાની શોધ કરવી  
જોઈએ આજ સુધી અમે જે શોધ કરી તેથી કંઈ ખાસ  
પરિણામ આવ્યો નથી

|| ૧ || રોગખીખોનો નાશની વિદ્યા

વિષયસ્થાન

|| આ રોગખીખોનો નાશ કરવાની વિદ્યા || ત્રીજા મંત્રમાં આ કિમીઓના શરીરમાં એક સ્થાન એવું હોય છે કે  
કહેવી છે, આ મંત્રમાં આ વિદ્યાના ચારિત્રના આંખ્યાં છે, ત્યાં તેમનું એર રહે છે ( મં ૧ ) આ એર જ મનુષ્યના  
શરીરમાં પહોંચે છે અને ત્યાં જુદા જુદા રોગ ઉત્પન્ન કરે છે  
( ૧ ) અગ્નિ, ( ૨ ) વાયુ, ( ૩ ) જલદાસિ અને  
( ૪ ) અગ્નિના ( પ્રજ્વળી ) થઈથી એટલે તેમની  
વિદ્યાથી હું રોગખીખોનું કિમીઓનો નાશ કરું છું રોગ || એ અનિષ્ટ પરિણામ કરી શકે નહિ

|| ૨ ||

( ૧ ) રોગજંતુઓનો નાશ  
( ૨ )

## રોગજંતુઓનો નાશ

કાંડ ૫, સૂક્ત ૨૩

( કાવિ - વચ્ચે । વક્તા - હૃદ્ય, કિમિજામનાયદવપ્રાર્થના । )

ઓતે મે ઘાવાપૃથિવી ઓતા દેવી સરસ્વતી ।

ઓતૌ મ હન્દ્રશ્ચામિશ્ચ કિર્મિ જમ્મયતામિતિ

|| ૧ ||

અસ્યેન્દ્ર કુમારસ્ય કિર્મિન્ધનપતે જહિ । હતા વિશ્વા અરાતય ઉગ્રેણ વચસા મમ

|| ૨ ||

યો અદ્યૌ પરિસર્પતિ યો નાસે પરિસર્પતિ ।

દૃતા યો મય્યે ગચ્છતિ ત કિર્મિ જમ્મયામાસિ

|| ૩ ||

અર્થ- ઘાવાપૃથ્વી, દેવી સરસ્વતી હૈ, અમિ આ બધા દેવા ( ઓતે ઓતા ઓતૌ ) પરસ્પર હળીમળી રહે  
( મે મે કિર્મિ જમ્મયતા ) મારા માટે કિમીઓનો નાશ કરે [ ૧ ]

હે ધનપતે ધન્દ્ર ! ( અસ્ય કુમારસ્ય કિર્મિન્ જહિ ) આ કુમારના કિમીઓને દૂર કર ( મમ ઉગ્રેણ વચસા  
વિશ્વા અરાતય હતા ) મારી પાસેની ઉગ્ર વચાથી બધા દુ ખલાયક કિમી માર્યા ગય છે [ ૨ ]

( યા અદ્યૌ પરિસર્પતિ ) જે આંખોમાં બમણું કરે છે, ( ય નાસે પરિસર્પતિ ) જે નાકમાં ધુસેનો દોય છે,  
( દૃતા યો મય્યે ગચ્છતિ ) દત્તોના વચ્ચે જે ભય છે, ( ત કિર્મિ જમ્મયામાસિ ) તે કિમીનો અમે વિનાશ  
કરીએ [ ૩ ]

૨૮ [ અથર્વ ૪ ]

સરૂપો દોં નિરૂપો દોં કૂળ્ણો દોં રોહિતો દોં ।

ચત્રુર્થ ચત્રુર્કર્ણથ ગૃધ્રઃ કોકથ તે હતાઃ

॥ ૪ ॥

યે ક્રિમયઃ શિતિકષ્ત્રા યે કૂળ્ણાઃ શિતિવાહવઃ ।

યે કે ચે ત્રિચરૂપાસ્તાન્ક્રિમીન્જમ્મયામસિ

॥ ૫ ॥

ઉત્પુસ્તાત્પયં એતિ વિચદદો અદદદા । દદાંથ મશ્વદદાંથ સર્વાંથ પ્રમૂળન્ક્રિમીન્

॥ ૬ ॥

યેર્ષાપાસઃ કર્કપાસઃ એજત્કાઃ શિપવિત્તુકાઃ । દદૃથ્ય હન્યતાં ક્રિમીરુતાદદૃથ્ય હન્યતામ્

॥ ૭ ॥

હતો યેર્ષાપઃ ક્રિમીર્ષા હતો નંદનિમોત । સર્વાંશિ ચંમ્પાકર્ક દુપદા સુર્વો હવ

॥ ૮ ॥

ત્રિશીર્ષાણં ત્રિકુદું ક્રિમિં સારમ્મર્જુનમ્ । જૂનામ્વસ્ય પૃષીરર્ષિ વૃશ્વામિ ચચ્છિરઃ

॥ ૯ ॥

અગ્રિવદઃ ક્રિમયો હન્મિ કણ્વવર્જમદગ્રિવત્ । અગસ્યસ્ય વ્રશાંસાં સં પિનમ્મ્યહં ક્રિમીન્ ॥ ૧૦ ॥

હતો રાજા ક્રિમીળામુતેર્ષાં સ્થપર્તિહૃતઃ । હતો હતમાતા ક્રિમિર્હેતઃચાતા હતસ્વસા

॥ ૧૧ ॥

અર્થ — સરૂપો દોં, નિરૂપો દોં ) તે સમન રૂપવાળા છે, બેનિરૂદ રૂપવાળા છે, (દોં દુગ્ધો દોં રોહિતો) બે કાળા અને બે દાસ, (ચત્રુઃ ચ ચત્રુર્કર્ણઃ ચ) બૂરા અને બૂરા કાનવાળા, (ગૃધ્રઃ કોક ચ) ગીધ અને વા (તે હતા) તે બધા બરી ગયા [ ૪ ]

(યે ક્રિમયઃ શિતિકષ્ત્રાઃ) ને ક્રિમીં શ્વેત કાંબરાળા, (યે કૂળ્ણાઃ શિતિવાહવઃ) ને કાળા અને કાળી આકૃતવાળા અને (યે કે ચે ત્રિચરૂપાઃ) અને ને બહુ રૂપવાળા છે (સાન્ ક્રિમીન્ જમ્મયામસિ) તે ક્રિમીઓને નાશ કરીએ છીએ [ ૫ ]

(સર્વાઃ હત પુસ્તાત્પયિ) સરૂ આમળથીચાલે છે તે (વિચ્ચદદાઃ અદદદા) અપને ને પ્રત્યક્ષ દેખાય છે અને ને ન દેખાય એવા ક્રિમીઓને પણ નાશ કરનારો છે, તે (દદાન્ ચ અવદાન્ ચ સર્વાન્ ક્રિમીન્) દેખાય એવા અને ન દેખાય એવા મધ્યમ ક્રિમીઓને (ઇન્ પ્રમૂળન્) નાશ કરે છે અને અચી નાથે છે [ ૬ ]

(યેર્ષાપાસઃ કર્કપાસઃ) ચેત્સ, ૪૦૬૫, (એજત્કાઃ શિપવિત્તુકા) એજત્ક અને શિપવિત્તુક આ ક્રિમીઓ છે, (દદા ક્રિમિઃ હન્યતા) દેખાય એવા ક્રિમીઓ માર્યા ગયા અને (હત અદદદા ચ અવદદતા) ન દેખાય એવા પણ માર્યા ગયા [ ૭ ]

(ક્રિમીળા યેર્ષાપઃ હતા) ક્રિમીઓ પૈકી યેર્ષા નામ ક્રિમી હજીબ ગયો (હત મદનિમા હતા) તેમજ અમાજ કરનારો પણ હજીબ ગયો (સર્વાન્ ચમ્પાસાં નિ ચકર્ક) બધાને મસળી નાખી તેમને નાશ કરી (દુપદા ચલ્લવા હવ) ને અગ્રે પત્યરો વડે ચણા વાટી નાખવામાં આવે છે [ ૮ ]

(ત્રિશીર્ષાણં ત્રિકુદું) ત્રણ માથાવાળા અને ત્રણ આંધવાળા, (સારમ્મર્જુનં ક્રિમિં) ચિત્રવિચિત્ર ૨ મવાળા અને સૈફ ૨ મવાળા ક્રિમીઓને કું (જૂનામિ) મારે છું (અસ્ય પૃષીરર્ષિ) તેની પાંતિગીઓ પણ તેણે છું અને (વત્શિરઃ વૃશ્વામિ) ને મારું ॥ તેને અચી નાંખું છું [ ૯ ]

હે (ક્રિમયઃ) જન્મીઓ ! (અગ્રિવત્ કણ્વવર્જમદગ્રિવત્) અગ્રિ, ૪૨૧, જન્મદિ પ્રમાણે (ચા હન્મિ) તમને મારે છું (અહ અગસ્યસ્ય વ્રશાંસાં) કું અગ્રિતના શાનથી (ક્રિમીન્ સપિતયિમિ) ૨૧ ક્રિમીઓને મારી નાંખું છું [ ૧૦ ]

(ક્રિમીળા રાજા હતા) રોમક્રિમીઓને રાજા માર્યો ગયો, (હત યર્ષાં સ્થપર્તિઃ હતા) અને તેમને સ્થાન પતિ માર્યો ગયો અને (હત-માતા હત-ચાતા) નેની માતા અને બાપ હજીબ ગયા છે અને (હત-સ્વસા ક્રિમિઃ હતા) નેની બહેન હજીબ ગઇ છે તેવા ક્રિમીઓ પણ હજીબ ગયા [ ૧૧ ]

હતાસોં અસ્ય વેશસોં હતાસઃ પરિવેશસઃ । ॥ ૧૧ ॥  
 અથો યે ક્ષુલ્લકા ઈવ સર્વે તે ક્રિમયો હતાઃ ॥ ૧૨ ॥  
 સર્વેષાં ચ ક્રિમીનાં સર્વાસાં ચ ક્રિમીણામ્ । મિનદ્મયર્મના શિરો દહામ્યમિના મુલમ્ ॥ ૧૩ ॥

|| ૧૧ || અર્થ—( અસ્ય વેશસઃ હતાસઃ ) એના મરવાળા હજીય ગયા, ( પરિવેશસઃ હતાસઃ ) તેના પરિવારવાળા હજીય ગયા. ( અથો યે ક્ષુલ્લકા ઈવ ) અતઃ, ને, ક્ષુલ્લ ક્રિમી હતા ( તે સર્વે ક્રિમયઃ હતાઃ ) તે બધા ક્રિમી હજીય ગયા. [ ૧૨ ]

|| ૧૨ || ( સર્વેષાં ચ ક્રિમીનાં ) બધા પુરુષ ક્રિમીઓના અને ( સર્વાસાં ચ ક્રિમીણાં ચ ) બધી બી ક્રિમીઓના ( અદ્મનાઃ શિરો મિનયિ ) મનર વડે મનરક તોડું છું અને ( મિના મુલમ્ ) અમિથી મુખ ખાણું છું. [ ૧૩ ]

|| ૧૪ || રોગ ક્રિમીઓનો નાશ

|| ૧૫ || રોગના ક્રિમી શરીરમાં ધુસે છે અને ત્યાં વિવિધ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, આ વાત વેદના કેટલાક સૂત્રોમાં કહી છે. અમ્મિ, વાયુ, જલ વગેરે દ્વારા આ ક્રિમીઓનો નાશ થાય છે, તેમને દૂર કરવા માટે વ્યા ઔષધિઓનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ, આ ખીન મંત્રોનો ઉપદેશ મળતીય છે.

|| ૧૬ || ઔષધ, નાક, કાન, દંતોમાં ક્રિમી જાય છે અને ત્યાં ભુદા ભુદા રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, આ ત્રીજા મંત્રનું કથન પ્રત્યક્ષ જોવા જેવું છે. ચોથા અને પાંચમા મંત્રમાં ક્રિમીઓના રંગનું વર્ણન છે. સર્પકિરણોથી બધા રોગ ક્રિમીઓનો નાશ થાય છે, આ અત્યંત મહત્વપૂર્ણ વાત છતાં મંત્રમાં કહી છે. વિપુલ સૂર્યકિરણો સાથે પોતાના સંબંધ જોડી વાયુકેએ રોગ ક્રિમીઓથી પોતાનો બચાવ કરવો જોઈએ અન્ય મંત્રોનું કથન સ્પષ્ટ છે, માટે તે વિષે વધારે લખવાની જરૂર નથી.

## રોગકૃમિઓનો નાશ

કાંડ ૪, સૂકત ૩૭

( જપિ - શારદાયણિઃ । દેવતાઃ- બ્રહ્મણી, અપ્સરસઃ । )

ત્વયા પૂર્વમર્થવાણો જન્હુ રક્ષીસ્યોપથે । ત્વયા જઘાન કૃદ્યપસ્ત્રવા કપયોં અગસ્ત્યઃ ॥ ૧ ॥  
 ત્વયા વયર્મપ્સરસોં ગન્ધર્વાશ્ચાતયામહે । અર્જશુઙ્ગયજ રક્ષઃ સર્વાંગગન્ધેન નાશય ॥ ૨ ॥

અર્થ—હે ( જોપથે ) ઔષધિ ! ( ત્વયા અર્થવાણ. રક્ષાસિ જન્હુઃ ) તારી મારફતે આયર્થથી વિદ્યા બાલુનારા વેદ રોગક્રિમીઓનો નાશ કરે છે ( કૃદ્યપઃ ત્વયા જઘાન ) કસપે પછી તારા વડે નાશ કર્યો. ( કપયઃ અગસ્ત્ય ત્વયા ) કપવ અને અગસ્ત્યે પછી તારા વડે રોગોનો નાશ કર્યો. [ ૧ ]

હે ( અર્જશુઙ્ગિ ) અર્જશુઙ્ગી ઔષધિ ! ( ત્વયા વયર્મ અપ્સરઃ ગંધર્વાન્ ચાતયામહે ) તારા વડે અમે પાણી માં પ્રસરનારા ગાયક ક્રિમીઓને દૂર કરીએ છીએ. ( ગન્ધેન સર્વાન્ રક્ષઃ અજ નાશય ) પોતાના વાસથી બધા રોગ ક્રિમીઓને દૂર કર અને નાશ કર [ ૨ ]

બાવાર્થ—અર્જશુઙ્ગી ઔષધિની સહાયતાથી આયર્થજી, કસપ, કપવ અને અગસ્તિ આ બધાએ રોગક્રિમીઓનો નાશ કર્યો ( ૧ ) અર્જશુઙ્ગી વડે આ રોગ ક્રિમીઓને દૂર કરાય છે આ વનરખતિના ગંધર્વી જ રોગક્રિમી દૂર થઈ જાય છે. ( ૨ )

નદીં યન્ત્વપ્તમ્સોડપાં તારમૈવશ્ચમમ્ । ગુલ્મુલ્હઃ પીલાં નલ્લયોદ્ધૃગન્ધિઃ પ્રમન્ડંતી ।  
 તત્પરેતાપ્સરસઃ પ્રતિબુદ્ધા અમૂતન ॥ ૩ ॥  
 યત્રાશ્વત્થા ન્યુગ્રોધા મહાવૃક્ષાઃ શિલ્પિન્દ્રિનઃ ।  
 તત્પરેતાપ્સરસઃ પ્રતિબુદ્ધા અમૂતન ॥ ૪ ॥  
 યત્ર વઃ પ્રેક્ષા હરિતાં અર્જુનાં તત્ યત્રાષ્ટાટાઃ કર્કર્યૈઃ સંવદન્તિ ।  
 તત્પરેતાપ્સરસઃ પ્રતિબુદ્ધા અમૂતન ॥ ૫ ॥  
 એવમંગ્રાથોવંધીનાં વીરુષાં વીર્યાવિતી । અઙ્ગુલ્લયરાટ્કી તીક્ષ્ણદ્રુક્તી વ્યૂપિતુ ॥ ૬ ॥  
 આનુત્પતઃ શિલ્પિન્દ્રિનો મન્થર્વસ્પાંપ્સરાપુતેઃ । મિનષિ મુક્કાવપિ યામિ શેવઃ ॥ ૭ ॥  
 મીમાં હન્દ્રસ્ય હેતયઃ શુતમુદીરેયસ્મયીઃ । તામિદેવિરદાન્ગન્ધર્વાનવકાદાન્વ્યૃપ્તુ ॥ ૮ ॥

અર્થ — ( અપ્સરસઃ ) જ્યાં તારં અવશસ્તં નર્તી યત્તુ । પાણીના કિમી પાણીથી રહિપણ, ભરેલી વેગથી વહેનારી નદીમાં જાય ( ગુલ્મુલ્હઃ ) ગુચ્છ, પીલાં ) પીયુ, ( નલ્લયો ) ખંડી ( ઔદ્ધૃગન્ધિ ) ઔદ્ધગન્ધી, ( પ્રમન્ડંતી ) પ્રભાવિની આ પાત્ર આપધિઓ છે, આ ( પ્રતિબુદ્ધા અમૂતન ) નાથી નબો અને ( મમ્ ) તે ખાટે છે ( અપ્સરસા ) જલમાં પ્રસરનારા કૃમીઓ । ( પરાં હતા ) અહીંથી દૂર આત્મા જાયો । [ ૩ ]

( યત્ર અશ્વત્થાઃ ન્યુગ્રોધાઃ ) જ્યાં પીપળો, વડ, ( શિલ્પિન્દ્રિનઃ મહાવૃક્ષાઃ ) કિમીની વગેરે, મહાવૃક્ષો આવે છે, છે ( અપ્સરસઃ ) પાણીમાં પ્રસરનારા કૃમીઓ । ( તન્ પરાં હતા ) ત્યાંથી દૂર આત્મા જાયો ( પ્રતિબુદ્ધાઃ અમૂતન ) એ આનમાં રાખો । [ ૪ ]

( યત્ર વઃ પ્રેક્ષા હરિતાઃ ) જ્યાં તપસ્ય કાશનાથ ભરેલા ( અર્જુનાં ) અમૂતન વગેરે છે । ( તત્ યત્ર ઔષ્ણાટાઃ કર્કર્યૈઃ ) અને જ્યાં આષાઢ અને કર્કરી વૃક્ષ અથવા કર કર શબ્દ કરનારા વૃક્ષો રહે છે, ત્યાં છે ( અપ્સરસા ) જલ સંચારી કૃમીઓ । ( પ્રતિબુદ્ધાઃ અમૂતન ) આવધાન થાવ અને ( તન્ પરાં હતા ) ત્યાંથી દૂર આત્મા જાય । [ ૫ ]

( વીરુષાં વીર્યાવિતી ) વિશેષ પ્રકારે ઉત્તમની આપધિઓમાં વધારે વીર્યાવાળી ( હયં અઙ્ગુલ્લો આ અગ્નઃ ) આ અગ્નિમાં પ્રાપ્ત થયે છે આ ( શ્રાટ્કી તીક્ષ્ણદ્રુક્તી વ્યૂપિતુ ) રાખનાશક તીક્ષ્ણદ્રુક્તી આપધિ રોગ નાશ કરે । [ ૬ ]

( આનુત્પતઃ શિલ્પિન્દ્રિનઃ મન્થર્વસ્પા ) નાચનારૂં મેદલીવાણા અથક ( અપ્સરસપુતેઃ ) પાણીમાં પ્રસરનારા કિમીઓના પ્રમુખના ( મુક્કા મિનષિ ) અઝોપો દૂં નોકુ ખું અને ( યામિ અમિવતોમ ) તેના પ્રજનનનાંત્રિનો નાશ કરે છે । [ ૭ ]

( હન્દ્રસ્ય શત અયસ્મયીઃ હેતયઃ સ્વર્ણા મીમાઃ ) સરખના સે કડો લેખડનાં હથિયારો જેના કિરણો મહા જાય કર છે । ( તામિઃ હથિરદાન્ અવકાદાન્ ) તેમનાથી અગ્નિ ખાનારૂં કિ સક ( ગન્ધર્વાન્ વ્યૂપિતુ ) કૃમીઓનો વિનાશ કરે । [ ૮ ]

વ્યાખ્યાન — આ કિમી નદીના જલમાં હોય છે અને ગુચ્છ, પીયુ, સીમં, ઔદ્ધગન્ધી અને પ્રભાવિની આ વનસ્પતિઓ વડે દૂર જાય છે । ( ૩ ) જ્યાં વડ, પિપળો વગેરે મહાવૃક્ષો પ્રેક્ષા હેતય છે, ત્યાંથી આ રોગકિમી દૂર જાયો જાય છે । ( ૪ ) જ્યાં નેગવાન અર્જુન વૃક્ષ, કર્કર કરનારા અને આષાઢ વૃક્ષ હોય છે ત્યાંથી જન્મ આ કિમી દૂર જાયો જાય છે । ( ૫ ) ત્યાંથી વનસ્પતિઓમાં અઙ્ગુલી થળી તીક્ષ્ણદ્રુક્તી આપધિ છે, તેથી આ રોગકિમી પાણીથી દૂર જાય છે । ( ૬ ) આ વનસ્પતિથી આ રોગકિમીઓના વીર્યાવિતોને જન્મ નાશ કરી શકાય છે । ( ૭ ) સરખના કિરણો જેવા પ્રબળ છે કે જેથી આ કિમી દૂર જાય જાય છે । [ ૮ ]

મીમા હન્દ્રસ્ય હેતયઃ અતપ્પટ્ટોદિરણ્યયીઃ । તામિર્હવિરદાન્મન્ધર્વાનંવકાદાન્વૃપિત ॥ ૯ ॥  
અવકાદાનંમિશોચાનપ્સુ ઝ્યોતંય મામકાન્ ।

પિશાચાન્ત્સર્વાનોપધે પ્ર મૃણીહિ સહસ્વ ચ ॥ ૧૦ ॥

શ્વેતૈકઃ કાપરિવૈકઃ કુમારઃ સર્વકેશકઃ ।

પ્રિયો દશઃ ઇમ મૃત્વા ગન્ધર્વઃ સંચતે સ્ત્રિયસ્તમિતો નાશયામાસિ વ્રક્ષણા ત્રિયાંવતા ॥ ૧૧ ॥

જાયા હૃદો અપ્સરસો ગન્ધર્વોઃ પ્રતયો યુયમ્ । અપ ધાવતામર્યા મર્યાન્મા સંચધ્મ ॥ ૧૨ ॥

અર્થ— ( હન્દ્રસ્ય હિરણ્યયો ઋષ્ટો ) સરખના સુણું જેના તીક્ષ્ણ કિરણો ( જન હેતયઃ મીમા ), સે કહે  
શબોના સમાન ભય કરે છે, ( તામિ હવિરદાન્ અવકાદાન્ મન્ધર્વાન્ વ્યુગ્મ ) તેમનાથી અલ ખાનારા 'દિ'સક રોગ  
કૃમીઓને વિનાશ કરે છુ. [ ૯ ]

હે ( ઔપધે ) ઔપધિ । ( અવકાદાન્ અમિશોચાન્ ) હિ સક અને દાદ કરનારા ( મામકાન્ અપ્સુ  
ઝ્યોતંય ) મારા શરીરની અંદરના પાણીમાં રહેનારા કિમીઓને બાળી નાખ ( સર્વાન્ પિશાચાન્ પ્રમૃણીહિ ) મધા રક્ત  
શોષણ કરનારોઓને નાશ કર અને ( સહસ્વ ચ ) દાખી દે [ ૧૦ ]

( યક શ્વા દ્વ ) એક કુતરાની જેમ છે, ( યક કપિ દ્વ ) એક નાદગ જેવો છે, ( સર્વકેશકઃ કુમારઃ )  
જેના મધા શરીર ઉપર વાળ હોય છે એના કુમાર જેવો. એક છે ( પ્રિયઃ દશ દ્વ મૃત્વા ) દેખાવમાં પ્રિય એવો યદ્ધ  
( ગંધર્વે સ્ત્રિય સંચતે ) ગંધર્વ નામના રોગકૃમી ઓઓને પકડે છે ( ધીયાંવતા વ્રક્ષણા તેં હત નાશયામાસિ )  
વીંધવાળી બ્રાહ્મીનામક ઔપધિથી તેનો બહાથી અમે ન શ કરીએ છીએ [ ૧૧ ]

હે ( ગંધર્વો ) ગંધર્વો । ( યુયં પતય ) તમે પતિ છે, ( અપ્સરસ ચ જાયા હૃત્ ) અપ્સરઓ તમારી  
પત્નીઓ છે. ( અમર્યા ) હે અમરો । ( અપ ધાવત ) બહાથી દૂર ભાઓ ( મર્યાન્મા સંચધ્મ ) મનુષ્યોને પકડતા  
નાહિ [ ૧૨ ]

બાધાર્થ— સૂરજના સેના જેવા રંગના કિરણો ધણા પ્રભાવશાળી છે તેમના યોગથી રોગક્રિમી દૂર થાય છે ( ૯ ) આ  
ઔપધિથી મારા શરીરની અંદરના બધાશયમાં જે એમનું સ્થાન છે અને જે કારણે મારા શરીરનું લોહી મુ 18 નય છે, તેમનો નાશ  
કરવામાં આવે ( ૧૦ ) કુતરા અને વાઘરાના જેમ પ્રમાન કરનારા આ રોગાત્યાદક કિમી ઓઓને પીડા આપે છે, તેમને બ્રાહ્મી-  
વનસ્પતિથી દૂર કરી સાથ છે ( ૧૧ ) આ હાથોથી આ રોગકૃમીને દૂર કરી સાથ છે ( ૧૨ )

## રોગક્રિમિઓનો નાશ

### રોગક્રિમિ

આ સૂક્તમાં 'રક્ષ રક્ષસ્, ગંધર્વ, અપ્સરસ,  
પિશાચ' આ ચારો રોગ ઉત્પન્ન કરનારા જંતુ વિશેષના  
જે વેદક ગ્રંથમાં આ રોગો વિશે નીચે લખ્યા મુજબ વર્ણન  
મળે છે—

• ગંધર્વગ્રહ - માધવ નિદાનમાં એનું વર્ણન એવું  
મળે છે—

હૃદાત્મા પુલિનવનાન્તરોપસેવો સ્વાચાર પ્રિય  
ગીતગન્ધમાલ્ય । નૃત્યન્વૈ પ્રહસતિ ચારુ ચાલ્ય  
શબ્દ ગર્હ્યપ્રહર્ષાદિતો મનુષ્ય. ॥ ( મા૦ નિ૦ )

• ગંધર્વગ્રહથી પીડિત મનુષ્યનું અંત કરણુ આન દિત  
થાય છે, તે માગ બગીચા-વનમાં દરરા ફરવા ધરે છે, ગાયન  
વાદ્ય ત તેને પ્રિય લાગે છે, તે નાચે છે, દંડે છે વગેરે લક્ષણો  
ગંધર્વગ્રહના લક્ષણો છે

૧ પિત્તાવમદ - તેનું સમ્યક્ અપચ નિવાનમાં આગ  
હયુ છે—

उदस्तः कण्ठघण्टोऽन्निरमलार्णो दुर्गन्धो मृदाम-  
नुचिस्ताघातिलोमः । दक्षाशी घिजतयनाग्नरोष-  
सयी श्यावेष्टश्च भ्रमसि दग्ध् पित्तावमदुष्टः ॥

( માં નિં )

‘ દુર્ગંધયુક્ત, અપચિત રહેનારો, ખૂબ ખાનારો, નળનારો,  
રંગનો કુદનો વગેરે પ્રકાર કરનારો રોગી પિત્તાવમદથી પીડિત  
હોય છે. ’

‘ દક્ષા રક્ષસ્ અને રાક્ષસ્ ’ આ સ્વરો પછી કેટલાક  
પ્રકારના રોગોના વાચક છે. આ રીતે રક્ષોથી ઔષધિપ્રયોગ  
પછી વેદક્રમમાં આપ્યા છે. જુઓ—

૧ ભૂતઘ્નો- ભૂતરોગનો નાશ કરનારી હવા, પ્રધીરંગી,  
મુપારીક, વ્રુમસી, સંખપુષ્પી આ ઔષધિઓ ભૂતરોગની  
નાશક છે.

૨ મૂતઘ્નો- ભૂત રક્ષ, સ્વપ્ન રક્ષ.

૩ ભૂતનાશન- સિદ્ધાન્ત, દિંચ રક્ષ, રક્ષા.

૪ ભૂતહર્ષી- દ્વાપ, ( રો ) વન્ધ્યાગ્રોટકી વક્ષી.

૫ પિત્તાવમદ - સ્વેતસાપ્ત રક્ષ.

૬ રક્ષોદ્ધ- કાચિક, દિંચ, સિદ્ધાન્ત, નાગરંગ, વચ્ચા.

૭ રક્ષોદ્ધા- મહિપાક્ષ, શુગ્રહી, ગ્રગ્રગ્ર.

આ સૂક્તમાં ત્રીજા મંત્રમાં શુગ્રહ રક્ષને રાક્ષસ, ગંધર્વ,  
અપ્સરા, પિતાય વગેરેનો નાશક કહ્યો છે, તેથી આ સ્વરો  
કોઇ પ્રકારના રોગ વિશેષના વાચક છે એ વાત સિદ્ધ થાય છે.  
ઉપર સંખેષા રક્ષ-વનરપતિઓ, રાક્ષસ, ભૂત, પ્રેત, પિશાચોને  
કરે કરે છે. તેથી સિદ્ધ થાય છે કે આ રોગ વિશેષ છે.

બીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ‘ અન્નશૂની વાસથી નષ્ટ  
રાક્ષસો ( નાશય ) નષ્ટ થાય છે અને ( વજ્ર ) નાસી જાય  
છે. ( મ. ૨ ) એટલે આ રાક્ષસ સ્વરૂપ કૃત્રિમ અપચ સ્વરૂપ  
રોગમંત્રુ દરી. આ અન્નશૂની ઔષધિથી ગંધર્વ, અપ્સરા,  
અને રાક્ષસરોગ દૂર થાય છે. આ બીજા મંત્રનું કથન છે. આ  
અન્નશૂનીન વચ્ચાન વેદક્રમમાં જુઓ—

वज्रहंसी-‘ કટુ, સિક્કાઃ કફાર્શઃ શૂલ શોષારી  
ચતુષ્પાઃ સ્વાતહદ્વોગાયેપકાસ કુદ્દમીચ । યતા-  
સ્ફલં તિકં કટૂણં કકવાતમં જટરાનલદીપિ-  
ક્ત્વ દ્વયં વચ્યં લઘણદસં બામ્લરસં ચ ॥

( રા. નિ. વ. ૯ )

‘ અન્નશૂની ઔષધિ, કૃત્રિમ, સંમદથી, કૃમિ, સોજાનો નાશ  
કરનારી, આખના રોગ દૂર કરનારી, વાચ, હૃદયરોગ, વિષ-  
કાસ, કુદ્દમ કરનારી છે. તેનું દ્વય કરે અને યાત દૂર કરનારી,  
વાચક વગેરે શુભગુણ છે. ’ આમાં મંત્રમાં કહેલા રોગોના  
નામ નથી, તે પછી આધુનિક વેદક્રમથી કરતાં વેદે અહીં  
વિશેષ યાત કહ્યું છે, વેદોએ તેની વધારે શોધ કરવી જોઈએ.

લક્ષણ

આ ભૂતરોગોના લક્ષણ અભિચારમાં મંત્રમાં કહેવા છે તે  
દેવે જુઓ—

૧ સ્વાદચ- કુતરા જેમ કરે છે.

૨ વચિ. ચ્ચ- વાંદરા જેમ મરોરી યાળા કરે છે.

આ લક્ષણો પિતાય ગાયિત મનુષ્યોમાં દેખાય છે, તે  
રોગી કુતરા અને વાંદરા જેવા વર્તાય કરે છે. જે રોગીમાં  
મનુષ્ય એવા બ્યવહાર કરે છે, તેને ઉન્માદ રોગ કહે છે. આ  
ઉન્માદના જ પિતાય, ભૂત, રક્ષા, રાક્ષસ, ગંધર્વ અને  
અપ્સરા આ નામો અથવા બેદ છે અને તેમનો નાશ આ  
સૂક્તમાં કહેલી ઔષધિઓથી થાય છે. ઔષધિઓથી તેમનો  
નાશ થાય છે, તે કારણે તે સજીવ સ્વરૂપ કરીને રોગમંત્રુઓ  
હોવાનો સંભવ છે, તે સિવાય ‘ પિત્તાવમ્ ’ સ્વરૂપ રોગી  
પીનારા, માંસભક્ષક છે એવું સિદ્ધ કરે છે, એટલે આ  
કૃત્રિમ કરીમાં જીવ કરીને લોકી મૃતે છે અને કરીને ક્ષીણ  
મળાવે છે. તેમનો નાશ નીચે લખેલી ઔષધિઓથી થાય છે.  
આ ઔષધિના શુભધર્મ જુઓ—

( ૧ ) શુગ્રહુઃ- તેના સંસ્કૃત નામ છે— ‘ લેવધૂપ,  
ભૂતહર્ષ, યાતુમ્, રક્ષોદ્ધા ’ આ તેના નામ આ સૂક્ત-  
માં કહેલા અર્થને નિર્ધારેલાં આવે છે, એટલે આ શુગ્રહ-  
ના ધૂપથી ભૂત, રક્ષસ, યાતુપાન વગેરેનો નાશ થાય છે, આ  
વાત આ સ્વરોથી જ સિદ્ધ થાય છે. દેવે તેના શુભ જુઓ—

जरान्वायिहरत्वाद्राचनः । कटुतिकोष्णः कक-  
वातकासघ्नः । कृमिवातोदरदोहाशोकाशमः ॥

( રા. નિ. વ. ૧૧ ॥ )

‘ એનાથી રક્તવ અને રોગ દૂર થાય છે. આ કટુ, યાત,  
આસ, કૃમિ, ઉદર, પીડા, સોજો, સંમદથી વગેરે રોગોને  
દૂર કરે છે. ’ આ વર્ણનથી તેનું મહત્તર ખ્યાનમાં આવશે.

( મં. ૩ )

( ૧ ) પીલા, પીલુ- મંત્રમાં ‘ પીલા ’ સ્વરૂપ છે, તેનો

અર્થ હિંદી એવા છે, ' પીલુ ' શબ્દ વનસ્પતિનાયક છે એને હિંદી ભાષામાં ' ફાલુ ' કહે છે. આ કહ્યું, વાત. પિત્ત દોષોને દૂર કરે છે. ( મં. ૩ ) ( ભા. પ્ર. )

( ૩ ) નલદા, નલદી- જટામસીનું આ નામ છે. તેના ગુણ- ' જટામસી, કફકટુ, બૂતધી, દાહધી, પિત્તધી. ( રા. નિ. વ. ૧૨ ) આ ઔષધિ કફરોગ, બૂતરોગ, પિત્તરોગ એ દૂર થાય છે. તેમાં બૂતરોગ સ્થપન આ સૂક્તના નોંડે અર્થ- યુક્ત લાગે છે. ( મં. ૩ )

( ૪ ) કૌશ્ઠમાંચિ- ઋષભક ઔષધિનું આ નામ છે. તેના ગુણ- ' બલ વધારનારી, શુક્ર વધારનારી, પિત્તરક્ત દોષ દૂર કરનારી, દાહ, ક્ષય, જ્વર નાશક છે ' ( રા. નિ. વ. ૫ ) વાહકરણમાં તેનો મણે ઉપયોગ થાય છે.

( ૫ ) પ્રમરંદની- ખાતકી વૃક્ષ, હિંદીમાં ' ધાવધ ' કહે છે. તેના ગુણ ' કટુઃ, ઉષ્ણા, મધુકૃષ્ણિપ્રણી, પ્રવાહિ- કાતિસારપ્રી વિલર્પમણ્વી ચ. ( રા. નિ. વ. ૬ ) તૃણાતિસારપિસાત્ત્રાયપાકિમિવિલર્પજિત્ ॥

( ભા. પ્ર )

' આ ઔષધિ વિષનાશક, અતિસાર, વિસર્પ, મથુ અને કૃમિ દોષ દૂર કરનારી છે. ( મં. ૩ )

આ ઔષધિઓથી બૂતરોગાદિ ઉપર લખેલા રોગ દૂર થાય છે. આ કાપ માટે અપ્પત્થ, પિપ્પલ આદિ મહાવૃક્ષ ઉપયોગી છે એમ યોચા અને પંચમા મંત્રમાં કહ્યું છે. આ વિષે વેલ શાસ્ત્રનું કથન જુઓ—

( ૧ ) મધ્વઘા- હિંદી ભાષામાં તેને ' પિયર ' કહે છે, તેને સંસ્કૃતમાં ' શુલ્કિદ્રુમ ' કહે છે, કારણ કે આ શુદ્ધતા કરે છે તેના ગુણ—

' પિત્તક્લેષ્મમ્મણાસજિત્ યોનિશોધનઃ વર્ણ્યઃ ।  
( ભા. પૂ. ૧ ભ. વટાદિવર્ગ )

એટલે આ પિત્ત, કફ, મથુ વગેરે દોષ દૂર કરે છે અને યોનિદોષોને દૂર કરે છે, અહીં વાચકોએ ધ્યાનમાં રાખવું કે જીએને જે બૂતપ્રેતાદિ રોગ થાય છે તે વિરોધતા યોનિસ્થાનના દોષોથી જ થાય છે, તે કારણે આ વૃક્ષનો વાહ આ સૂક્તમાં કહેા છે, તેના ફળોના ગુણ જુઓ—

મધ્વઘવૃક્ષસ્ય ફલાનિ પફાન્યતીવહ્ણાનિ ચ શીતલાનિ ।

કુર્વાન્તિ પિસાત્ત્રાયપાર્તિદાહં વિચ્છર્દિશોપા-  
રુચિદોષનાશનમ્ ॥ ( રા. નિ. વ. ૧ )

' પીપરના ફળ પાકા થયા પછી શીતલ અને હૃદય માટે હિતકારક હોય છે. પિત્ત, રક્તરોગ, વિષ, પીડા, દાહ, વમન, શોષ, અરુચિ વગેરે દોષોને દૂર કરે છે. '

( ૨ ) ન્યમ્રોચઃ- વટ, વડ, વર, વર્ગટ. આ વડના ગુણ છે—

કફપિત્તમ્મણાપહઃ । વર્ણ્યો વિલર્પદાહ્ણનઃ યોનિ-  
દોષવહ્ત્ ॥ ( ભા. પ્ર. )

જ્વરદાહ્ણનામોહમ્મણશોકપ્રજ્ઞ ॥ ( રા. નિ. વ. ૧૧ ) આ વડ કફ, પિત્ત, મથુ, યોનિદોષ, જ્વર, દાહ, તરસ, મૂર્ચ્છા, સોમ્ને વગેરે રોગોનો નાશ કરે છે.

( ૩ ) શિશ્વળઢી- ગુળનામક લતા, મેર અથવા મેરના પિર્ણ અને સ્વર્ણયુધિકાનો વાચક આ શબ્દ છે.

( ૪ ) મર્જુનઃ- હિંદી ભાષામાં તેને ' કહ્લ, કૌહ ' કહે છે. તેના ગુણ આ છે—

કફપ્રતઃ વ્રણશોધનઃ, પિત્તશ્મમતૃણાહરઃ, વાત-  
કોપનશ્ચ ॥ ( રા. નિ. વ. ૯ )

શીતલો હ્રદયઃ શ્વતસ્ત્રય વિવરકહ્લરો મેદોમેદ્વમ્મણ-  
સ્તુષરઃ કફપિત્તજ્ઞશ્ચ ॥ ( ભા. પૂ. ૧ ભ. વટાદિ )

આ અર્જુનવૃક્ષ, કફ, મથુ, પિત્ત, શ્મ, તૃણોને દૂર કરે છે. હૃદયના માટે હિતકર છે, મથુ, ક્ષય, વિષ, રક્તદોષ દૂર કરે છે, મેદાદિ દૂર કરે છે

( ૫ ) આઘાટઃ- અપામાર્ગ ઔષધિ, હિંદીમાં લટછરા, ચિરચિરા કહે છે. તેના ઉપર કેટલાક સૂક્તો છે. ( અથર્વ. કાં. ૪ સુ. ૧૭-૧૯ ) વિવરણુ સાથે વાંચો. તેમાં અપામાર્ગના ગુણધર્મો લખ્યા છે

( ૬ ) ફર્કરી- કઠરી, કાકડી. ( આ વિષે અર્ધની શોધ થતી જોઇએ )

આ બધા વૃક્ષો અને લતાઓ ઉપર કહેલા રોગો દૂર કરે છે. તેમનું વૈષ્ણક મંથોમાં કરાએલું વર્ણન અને વેદમંત્રમાં કરાએલું વર્ણન જાનેની વ્યક્તિ કરી જોશો તો તમને અચર પડશે કે વેદે આ રોગો વિષે કેમકે વિશેષજ્ઞ કહ્યું છે.

આદ્યમા અને નવમા મંત્રમાં સૂરજના ડિરજોનો ઉપયોગ ઉપર કહેલા રોગો દૂર કરવાના કાપમાં થઇ શકે છે એનું સચિત કહ્યું છે.



અગ્નીઆરમા મનર્મા ( ધીર્વચતા પ્રહણા ) વીર્વવળી  
યાત્તી આપધિયી આ રોગ દર થય છે, એમ કહ્યું છે

( ૭ ) ગ્રાહી-દિન્દી ભાગમાં તેને વરણી, પ્રહી ' કહે છે. તેના શુભ આ છે—

ગ્રાહી દિમા મરા તિક્ત્વા મધુર્મેધ્યા ચ શીતલા ।  
કપાયા મધુરા સ્વાદુષાકામુષ્ઠા રસાયની ॥  
સ્વર્ગ્ય સ્મૃતિપદા વુલ્લવાણ્ડુ મેદાક્ષકાસજિત્ ।  
યિવનોષ દુરી ॥ ( ભા પ્ર વ )

' ગ્રાહી રાસ્પતિશુદ્ધિર્ધક, રમ્પતિર્ધક, આયુષ્યવર્ધક, કુટ્ટ પાવક, મેઠ, રાવસ્વાન કાંખી, રિષ, તરસ પગેરને દર કરે છે '

આ ગ્રાહી ઔષધિના શુભ સોમનસીના શુભો જોડે થો ।  
અશ્વત મળતા આવે છે માટે તેના નામ ' સોમવલ્લરી, મહોષધિ સુરશ્રેષ્ઠા, પરમેશ્વિની શારદા બારતી ' એમ આવ્યા છે શુદ્ધિર્ધક અને આયુષ્યવર્ધક ગણ્ય તેના શુભ્ય છે આ અમૃતવલ્લી છે અને ખાતરીથી શુભકારી છે

આ વૈદ્યોની રિદા છે મટે આ સુકૃત મનન વૈદ્યોએ

સારી પેઠે કરતુ જોઇએ જો વૈદ્યો તેનો વિચાર કરશે અને લોભપાકારક આપધિપ્રયોગ નિશ્ચિત કરશે તો જનતા ઉપર વિશેષ ઉપકાર થઇ શકે છે

' અપ્-સરસ ' શબ્દનો મૂળ અર્થ ( અપ્-સરસ ) જળ ની સાથે સચર કરનારા, જલાશ્લયમાં સચર કરનારા ' મનેરીતા ' એટલે દાહમાં તાવના કૃમિ જસસ ચારી છે અગ્નિશ્રેષ્ઠ વડે તેમને પ્રસાર થાય છે અને મગ્નરી માન રહે છે, તેમાં તે સભવ છે કે ' ગધર્વ ' ના દશી અને તેમના આશ્રયથી ચારે તરફ જનારા જવરીતપાદક કીમિ અપ્સરસ દશી ગધર્વ અને અપ્સરાઓનો આ પ્રકરણમાં એવો સમઘ દેખાય છે પીપર, વડ અપામાર્ગ, અશ્વત વગેરે શ્લેષ્માં કાઢે આ રોગકૃમિઓ દૂર થાય છે, એમ કહ્યું છે માટે મનેરિયા તાવના પ્રદેશમાં આ શ્લેષ રોપીને અનુભવ કરી જોવો જોઇએ તેજ પ્રકારે અશ્વગુળી, ગુગુન વગેરે વનસ્પતિઓનો પણ રોગનિવારકુધ પ્રયોગ કરી જોવાલાયક છે વૈદ્ય લોકો આ રિષે શોધ કરે તો તેની નિશ્ચ જાણ કરી શકાશે

## રોગક્રિમિનાશક હવન

કાંક ૬, સુકૃત ૩૨

( તથા - ખાતન અર્ધા । વળતા- અગ્નિ । )

અન્તર્દાવે હુહુતા સ્વેકૃતધાતુધાનસચરણં ધૃતેન ।

આરાદ્રક્ષાંસિ પ્રતિ દદુ ત્વમશ્રે ન નોં મૃદાણામુર્પ તીતપાસિ

કુદ્રો વોં શ્રીવા અર્ધરેત્પિશ્ચાચાઃ પૃષ્ઠીર્વોડર્પિ શૃણાત્ત યાતુધાનાઃ ।

ધીરુદ્રોં વિશ્વતોર્વોર્ધા યમેનુ સમર્જીગમત્

॥ ૧ ॥

॥ ૨ ॥

અર્થ— ( વત્ત યાતુધાનસચરણ ) આ પીગ આપનારાઓનો નાશ કરનારો હવિ ( અન્ત દાવે ) અગ્નિ પ્રદીપ અવરથામાં ( હુ હુહુત ) ઉત્તમ પ્રકારે દવન કરો હે અગ્ને ! ( ત્વ રક્ષાંસિ આરાત્ત મતિવદ ) હું રાક્ષસોને પાસેથી અને દુરથી બાળો નાં મ અને ( નઃ મૃદાણાં ન ઉપ તીતપાસિ ) અમારા શરોને હું તપ આપતો નહિ [ ૧ ]

હે ( વિશાચાઃ ) પિશાચો ! ( કુદ્રઃ ષ શ્રીવા- અશ્વરેત્ ) રહે તમારી મદનને તે કી નાંખી છે હે ( યાતુધાનાઃ ) યાતના આપનારાઓ ! ( ષ પૃષ્ઠી અર્પિ શૃણાત્ત ) તે તમારી પાસગીઓને પણ તોડી નાંખે છે ( વિશ્વતોર્વોર્ધા ધીરુદ્ર ) અન ત વીરોનાળી ઔષધિએ ( ષ યમેનુ સમર્જીગમત્ ) તમને યમની સાથે સહકન કર્યાં [ ૨ ]

અમયં મિત્રાવરુણાવિહાસ્તું નોઽર્ચિષાત્રિણોં નુદતં પ્રતીચઃ ।

મા જ્ઞાતારં મા પ્રતિષ્ઠાં વિદન્ત મિથો વિજ્ઞાના ઉપં યન્તુ મૃત્યુમ્

॥ ૩ ॥

અર્થ— હે ( મિત્રાવરુણૌ ) મિત્ર અને વરુણ ! ( નઃ દુઃ સમયં-અસ્તુ ) અમારા માટે અહીં અભય હોય. ( અર્ચિષા અત્રિણઃ પ્રતીચઃ નુદતં ) પોતાના તેજથી ભક્ષક યજુઓને દૂર કરી દે. ( મા જ્ઞાતારં ) જ્ઞાનીને તે પ્રાપ્ત ન કરે. કપાય પણ તે ( મા પ્રતિષ્ઠાં વિદન્ત ) રિયરતાને પ્રાપ્ત ન થાય. તે ( મિથઃ વિજ્ઞાનાઃ મૃત્યું ઉપયન્તુ ) આપસમાં એક બીજાને મારતા મારતા તે બધા મૃત્યુને પ્રાપ્ત થાય [ ૩ ]

### રોગનારાક હવન

રોગના કૃમીઓને નાશ કરનારું હવન, પ્રદીપ્ત અગ્નિમાં ઉત્તમ વિધિપૂરક કરવાનો ઉપદેશ આ સૂક્તના પ્રથમ મંત્રમાં આપ્યો છે. તેથી શરીરભક્ષક સૂક્ષ્મ રોગક્રિમી નાશને પ્રાપ્ત થાય છે. ક્રિમી આ છે—

૧ ( વિશાચ્ચાઃ ) માંસની કીડીના કરનારા, લોહીની કીડીતા કરનારા.

૨ ( વાતુઘાનાઃ ) શરીરમાં ચાતના, પીડા ઉત્પન્ન કરનારા.

૩ ( રાક્ષસઃ= ફરસાસઃ ) કીડીતા કરનારા

૪ ( અત્રિણઃ= અદમિત હસિ ) શરીરભક્ષક કરનારા રોગજન્તુઓ અગ્નિમાં કરેલા હવનથી તેમજ—

૫ ( વિશ્વસો ધીર્ધૌ ધીરત્ ) અત્યંત શુભકારી વનસ્પતિના પ્રયોગથી કીડી થાય છે અને નાશને પ્રાપ્ત થાય છે.

### રોગોથી બચવું

કાંક ૬, સૂક્ત ૯૬

( ઋષિઃ— સુવશિરઃ । દેવતાઃ— વનસ્પતિઃ, ધીમઃ । )

યા ઓપધયઃ સોમરાજીર્વહ્નીઃ શતવિચક્ષણાઃ । વૃહસ્પતિપ્રસ્તાસ્તા નોં મુજ્જન્ત્વંહસઃ ॥ ૧ ॥

મુજ્જન્તુ મા ઘપ્થયાદ્દયોં વરુણ્યાદિત । અયો યમસ્ય પદ્વીંશાદિચ્ચસ્માદેવકિલ્ષિપાત્ ॥ ૨ ॥

અર્થ— ( યાઃ સોમરાજીઃ વહ્નીઃ ઓપધયઃ ) જે સોમ ઔષધિ જેઓમાં મુખ્ય છે એવી અનેક ઔષધિઓ છે અને જેમનાથી ( શત-વિચક્ષણાઃ ) સેકડો કાપ થાય છે. ( વૃહસ્પતિ-પ્રસ્તાઃ તાઃ ) જ્ઞાનીએ આપેલી તે ઔષધિઓ ( નઃ અંહસઃ મુજ્જન્તુ ) અમને પાપથી રોગથી બચાવે. [ ૧ ]

( મા શપથયાત્ મુજ્જન્તુ ) મને દુર્વચનથી થનારા રોગોથી બચાવે, ( અયો ડત વરુણ્યાત્ ) અને પાણીના કારણે થનારા રોગોથી બચાવે, ( અયો યમસ્ય પદ્વીંશાત્ ) અથવા યમના પાસ જેના અસાધ્ય રોગોથી બચાવે તેમજ ( વિશ્વસાત્ દેવકિલ્ષિપાત્ ) બધા દેવોના સંબંધે પાપથી ઉત્પન્ન થયેલા રોગોથી બચાવે. [ ૨ ]

બાવાર્થ— બધા ઔષધિઓમાં સોમ ઔષધિ મુખ્ય છે આ ઔષધિઓથી સેકડો રોગોની ચિકિત્સા થાય છે, જ્ઞાની વૈદ્ય પાસેથી અપાયેલી આ ઔષધિઓ અમને રોગ મુક્ત કરે. ( ૧ )

દુર્વચનથી, પાણી બગડવાથી, યમના પાસ જેવા દોષોથી અને બધા પાપોથી ઉત્પન્ન થયેલા રોગોથી ઔષધિઓ અમને બચાવે. ( ૨ )

યચ્છુપા મનતા યચ્છ પાપોપારિમ જાગ્રતો યસ્ત્વપન્તઃ ।

સોમસ્તાનિ સ્વધયા ના પુનાતુ

॥ ૩ ॥

અર્થ— ( યત્ ચ્છુપા મનતા ) ને પાપ યજ્ઞ અને મન તેમજ ( યત્ સ્વ ધયા ) ને વાણીથી ( જાગ્રતઃ યત્ સ્વપન્તઃ ) જાગૃત અવસ્થામાં, નિદ્રાની અવસ્થામાં અને ( સ્વારિમ ) આપ કરીએ છીએ, ( નઃ સ્તાનિ ) અર્થ તે યજ્ઞ પાપ ( સોમ સ્વ-ધયા પુનાતુ ) સોમ પોતાની સક્રિયતાથી પવિત્ર કરી દૂર કરે [ ૩ ]

આવાર્થ— આમ, મન, વાણી વગેરે ઇન્દ્રિયો દ્વારા બ્રહ્મ અવસ્થામાં અથવા જીવતા ને પાપો અને કરીએ છીએ તે પાપોથી હરપાત થએલા રોગોથી સોમ વગેરે ઔષધિઓ અમને બચાવે ( ૩ )

### પાપથી રોગની ઉત્પત્તિ

આ સૂક્તમાં પાપથી રોગની ઉત્પત્તિ થવાની કલ્પના બતાવી છે. જ્યાં રોગ મનુષ્યે કરેલા પાપથી ઉત્પન્ન થાય છે એ માન્યતા પોતે પોતાને પાપથી બચાવે તો ખરેખર તે રોગથી બચી શકે છે

મનુષ્ય કે કશાં અથવા જાગૃત અવસ્થામાં પોતાના ઇન્દ્રિયો વડે અનેક પાપો કરે છે અને રોગો બન્યા પછી દુઃખી થાય છે, તેથી તેમણે પાપથી બચી રહેવું અને પોતાના ઇન્દ્રિયો વડે પાપ ન કરવું

‘ સ્વપન્તઃ ’ એટલે માથા આપની, ખરાબ સ્વપ્નો બોલવા અને ક્રોધના વચન કહેવા આ પણ પાપ છે, તેથી અનેક રોગ થાય છે, ક્રોધ પણ પોતે રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, તેથી તેનાથી બચી રહેવું યોગ્ય છે

રોગ થવા પછી ઔષધિ પ્રયોગથી રોગને દૂર કરી શકાય છે, પણ ઔષધિ ( વૃક્ષસ્પતિ-પ્રસૂત ) માની વૈદ્ય પાસેથી વિચારપૂર્વક આપેલી ઠાંલી જોઈએ.

આ પ્રકારે આ સૂક્તમાં ઉપમ બોધ અપાયો છે જે વાચક તે બધાને યોગ્ય વિચાર કરશે તો તે પોતાને ધણું કષ્ટમાંથી બચાવી શકે છે

### સંધિવાતને દૂર કરવો

કંઠે ૨, સ્ફેટ ૯

( કાષિઃ- સ્વચક્ષિતાઃ । લેલતા - વનસ્પતિઃ, વલ્લભાશામન્ । )

દર્શવૃક્ષ મુષ્કેમં રક્ષતો ગ્રાણા અચિ વૈનં જુગ્રાહ પર્વસુ ।

અર્થો એનં વનસ્પતે જીવાનાં લોકમર્જય

॥ ૧ ॥

અર્થ— હે ( દર્શ વૃક્ષ ) દસ વૃક્ષ ( રક્ષસઃ ગ્રાણા ) રક્ષાતી રીતે જગત્કારા ગ્રહિતારોગની પીડાથી ( દમ મુષ્ક ) આને ઓડવ ( યાઃ પર્વં પર્વસુ જુગ્રાહ ) ને રોગે અને સાધાર્માં પકડી રાખ્યો છે, હે ( વનસ્પતે ) ઔષધિ ! ( એનં જીવાનાં લોકં મર્જય ) આને કવિત યોગના સ્થાનમાં જતા યોગ્ય ઉપર ઉચકી લે [ ૧ ]

આવાર્થ— દર્શવૃક્ષ નામની વનસ્પતિ ગ્રહિતા રોગને દૂર કરે છે આ ગ્રહિતારોગ સરીરના સાધાર્માંને જકડી રાખે છે. તેથી મનુષ્ય દર્શવૃક્ષી રાકતો નથી તેની ચિકિત્સા દર્શવૃક્ષથી કરાય તો તે રોગી જલ્દી આરોગ્ય મેળવી બીલ જીવતા મનુષ્યોની જેમ પોતાના બધાકાર કરી શકે છે ( ૧ )

અગાદુર્દગાદિયં જીવાનાં વ્રાતમપ્યંગાત્ । અમૃદુ પુત્રાણાં પિતા નુનાં ચ ભગવત્તમઃ ॥ ૨ ॥  
 અર્ધોત્તીરધ્યંગાદયમર્ધિ જીવપુરા અંગન્ । શ્વત્ત્વં દાસ્ય મિપજઃ સહસ્રમુત વીરુષઃ ॥ ૩ ॥  
 દેવાસ્તે ચીતિમવિદન્બ્રહ્માણં તત વીરુષઃ । ચીતિં તે વિશેષે દેવા અવિદન્ભૂમ્યામર્ધિ ॥ ૪ ॥  
 યશ્ચકાર સ નિષ્કરત્સ એવ સુમિપવતમઃ । સ એવ તુમ્યં મેપજાનિં કૃણવંદ્વિપજા શુચિઃ ॥ ૫ ॥

અર્થ— ( અર્ધ ) આ મનુષ્ય ( જીવાનાં વ્રાત ) જીવત યેના સમુદ્ભા ( અગાત્ બાગાત્ ઉદગાત્ ) આગ્યો, આતી પહોચ્યો, ઉઠાને આગ્યો છે. હવે આં ( પુત્રાણાં પિતા ) પુત્રનો પિતા અને ( નુનાં ભગવત્તમઃ ) મનુષ્યોમાં અત્યંત ભાવ્યવાન ( અમૃત્ ૩ ) બન્યો છે. [ ૨ ]

( અર્ધ ) એણે ( અર્ધોત્તિઃ અધ્યંગાત્ ) પ્રાપ્ત કરના યોગ્ય પદાર્થ પ્રાપ્ત કર્યા છે અને ( જીવપુરા. અધિ અંગન્ ) જીવોની સંપૂર્ણ આવશ્યકતાઓ પણ પ્રાપ્ત કરી છે ( હિ ) કારણ કે ( દાસ્ય શતં મિપજઃ ) તેના સે કરો વૈદ છે અને ( તત સહસ્રં વીરુષઃ ) હજારો દવાઓ છે. [ ૩ ]

( દેવા બ્રહ્માણ. તત વીરુષઃ ) દેવ, બ્રાહ્મણ અને વનસ્પતિઓ ( તે ચીતિં આવદન્ ) તારા આપ-લેના વ્યવહાર બાજુ છે. ( વિશેષે દેવાઃ ) બધા દેવો ( ભૂમ્યાં મર્ધિ ) પૃથ્વી ઉપર ( તે ચીતિં અવિદન્ ) તારા આપવા લેવાના બધા જ વ્યવહારો બાજુ છે. [ ૪ ]

( યઃ ચકાર સ નિષ્કરત્ ) ને કરતો રહે છે તેજ નિઃશૈષ કરે છે અને તેજ ( ક્ષુન્નમિપક્-તમઃ ) બધાથી સારો વૈદ હોય છે ( સ એવ શુચિઃ ) તેજ શુદ્ધ વૈદ ( મિપજા ) બીજા વૈદો બોડે વિચાર કરી ( તે મિપજાનિ કૃણવત્ ) તારા માટે ઔષધ તૈયાર કરશે [ ૫ ]

બાબાર્થ— તે અરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી લોકસમાજમાં જઈ સાર્વજનિક કાર્ય વ્યવહાર કરે છે. ધરમા પોતાના બાળકો વિવેન કર્તવ્યો કરે છે અને મનુષ્યમાં આ અત્યંત સામ્યશાળી બની રહે છે. ( ૨ )

■ નિરોગી બની બધા મેળવવાના પદાર્થો મેળવી શકે છે, જીવને ને ને જરૂરીઆતો હોય તે પ્રાપ્ત કરી શકે છે આ રોગ કાઢ અસાધ્ય નથી કારણ કે તેની ચિકિત્સા કરનારા સેકરો છે અને દવાઓ પણ હજારો છે. ( ૩ )

તેની ધણી દવાઓ તો પૃથ્વી ઉપર જ છે, તે કેવી રીતે લેવી, તેના કેવા પ્રયોગ કરવા આ બધું દિવ્યશુભધર્મોથી યુક્ત બ્રહ્માજ્ઞાની બ્રાહ્મણ વૈદો બાજુ છે. ( ૪ )

ને આ ચિકિત્સાનું કાર્ય કરતો રહે છે તેજ એને પ્રવીણતાથી નભાવી શકે છે. વારંવાર ચિકિત્સા મરતા રહેવાથી ને પ્રારંભમાં સાધારણ વૈદ હોય છે, તે શ્રેષ્ઠ ધન્યવતી બની શકે છે એવો શ્રેષ્ઠ ધન્યવતી બીજા વૈદોની મતિથી ચિકિત્સા હતામ પ્રકારે કરી શકે છે ( ૫ )

## સંધિવાતને દૂર કરવો

સંધિવાત

‘વેદ’માં સંધિવાતે રોગનું નામ ‘ વ્રાહ્મી ’ છે કારણ કે તે ( પર્વણુ અબ્રાહ ) સંધિઓને જકડી રાખે છે હરવાકરવા દેતો નથી. સંધિઓનું દબન ચલન બંદ થઈ જાય છે. ‘ રક્તસ્ ’ અથવા ‘ પિન્નાષ્ ’ એ પણ તેના નામ છે એ નામો લોહીની સાથે તે રોગનો સંબંધ બતાવે છે, કારણ કે

રૂઝિમિય એટલે જેમને લોહીમિય છે એવાના એવાચક છે. માટે ‘ રક્તઃ વ્રાહ્મી ’ નો અર્થ રક્તનો બગાડ થઈ થનારો સંધિવાત છે.

દશાવૃક્ષ

આ સંધિવાતની ચિકિત્સા દશવૃક્ષથી થાય છે. ‘ દશમૂલ ’ નામથી વૈદકમ યોગો દસ ઔષધિ પ્રસિદ્ધ છે. વાન રોગ.

નાથક દેવાથી તે વિશે તેમની બધી પ્રસિદ્ધિ છે કહાય તેજ દશમી અર્ધી દશમી કન્ધથી અપેક્ષા કરી આ દશમીને તેજ પી, ઉકાળો, આમર, અરિષ્ટ ત્રેણે બનાવવામાં આવે, તે પાનરોગ દૂર કરવામાં પ્રસિદ્ધ છે

આ સદના પ્રથમ મત્રમાં 'મુચ્ચ' ક્રિયા છે, આ 'મુચ્ચ' પદ્ધતિ એક 'મોચ' શબ્દ બને છે જે 'સોર્દિલના' અથવા મુખાનું કન્ધ એટલે શૌભાજન પુક્તિના વચક છે આ વૃક્ષ પશુ વાત દોષ દૂર કરનાર છે. આ વૃક્ષની લાંબી શીંગા હોય છે, તેમના શાક તરફ ઉપયોગ કરાય છે આ શૌભાજન પુક્તિની અંદરની છલ જે જઠરાગ્રેહો સાથે ઉપર બાંધવામાં આવે તે બે ચાર કલાકમાં જઠરાગ્રેહો સાથે છુટા થઈ જાય છે આ તે જનુભરની વાત છે બીજી ઔષધિઓથી જે સધિરેખ મહિનાઓ સુધી દૂર થતો નથી તે આ અતરત્ય સાથે ઉપર બાંધવામાં થોડીતર પછી તે સ્થાને બધી ત્રીજી અથવા કાઠ પેદા થાય છે, બે ચાર કલાક એના કન્ધ સદન કરવાથી સધિરેખાના બધા દોષ દૂર થઈ જાય છે અર્ધી મત્રમાં 'મુચ્ચ' શબ્દ છે અને આ વૃક્ષનું સરૂત નામ 'મોચ' છે, માટે જ આ વાન અર્ધી કદી છે જે વચકો પોતે વેણ હોય તે આ વાનનો અધિક ત્રિચાર કરે અને કેટલું બીજાઓને જનુભર લેશે છે, તેનું ક્ષાત્રીયત્વ અમને ખબર નથી

આ પહેલા મત્રના ઉત્તરાર્ધમાં આમળે જતાં કવુ છે કે 'આ વનરપતિથી ક્ષાત્રિયાતથી જઠરાગ્રેહો રોગી નિરોગી લોકોના સમુદાયમાં જાય છે અને નિરોગી લોકોની જેમ પોતાના કાર્યો કરવા માગે છે ( મ ૨ )

મ ૨ અને ૩ મા કહ્યું છે કે આ ઔષધિમાં અનુષ્ઠ નિરોગી બની લોકસભામાં જાય છે અને ધરના કામો પશુ કરી શકે છે એટલે વેપકાક, સામાજિક અને રાષ્ટ્રીય કાર્યો કરી શકે છે બધા માનવી કાંઈ જ કરવામાં યોગ્ય બને છે આ મત્રોની ભાષા જોવાથી એમ માગે છે કે આ ચિકિત્સા અત્યંત જરૂરી મુખ્ય આપનારી છે જે દમણ જઠરાગ્રેહો પચારી ૪૨ પહેલાં હોય છે તે થોડા કલાક પછી અનુષ્ઠ-સમાજમાં જમ કામો કરવા માગે છે પહેલા ત્રણ મત્રો સદમ રીતે ચિચાર કરતાં એના આશ્રય પ્રગટ થાય છે આ શીઘ્રનાદક શબ્દ પ્રયોગ બીજા મત્રમાં વાચકોએ અવરત જોવા—

મયં ઝાંવામાં પ્રાતે મવ્યમાત્ ।

મગાત્, ઉદગાત્ ॥ ( મ ૨ )

'આ જીવોના સમુદાય ત્રણ, પહેલો, બીજો ત્રણેયો' પોતાના પત્રે ત્રણ, એટલે જ્યાં મિતરતા ઉપર જઠરીને પત્રે દત્તો તે એટલે જરૂરી અનુષ્ઠ સમુદાયમાં ફરી રહ્યો છે, આ આશ્રય વ્યક્ત કરના માટે એક જ આશ્રયની ત્રણ ક્રિયાઓ ( મગાત્, મવ્યમાત્, ઉદગાત્ ) પ્રયુક્ત કરેલી છે તેથી આ ચિકિત્સા દીર્ઘ મુખ આપનારી છે એમ વ્યક્ત થાય છે

આ ચિકિત્સાની ઔષધિઓ દર્શાવે છે અને તેના ચિકિત્સક પશુ સે કહે છે ( મ ૩ ) આ ત્રીજા મત્રનું કથન બતાવે છે કે આ સુસાધ્ય ચિકિત્સા છે, અસાધ્ય નથી ઉપર જે 'મોચ' વૃક્ષથી ચિકિત્સા બતાવી છે તે પશુ ભાગે અર્ધોના પ્રામીય પશુ જણે છે અને કરે છે તેથી થોડા કલાકમાં જ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે

'આ વૃક્ષે પૃથ્વી ઉપર ધણી છે અને તેમને કાવવા અને તેમને પ્રયોગ કરવો ( ચિચ્ચેદ્વાઃ વૃદ્ધાઃ ક્ષાત્તજા ) બધા જુદેર ક્ષાત્તજો જણે છે, અથવા બહુ તેમજ બીજા લોકો પશુ જણે છે આમાં 'ક્ષીતિ' શબ્દ આપ્યો છે, તે ( ક્ષાત્તન સંધાન ) લેવું અને પ્રયોગ કરવો એવો ભાવ ખત વે છે અથવા ( ક્ષાત્તન-સંધરણ ) એટલે ઔષધિનો ઉપયોગ કરવો અને ઔષધિના કુપરિણામો દૂર કરવા આ બધ વેલો જણે છે ( મ. ૪ )

ઉત્તમ વૈદ્ય

પાંચમા ત્રીજા ઉત્તમ વૈદ્ય કેવી રીતે થઈ શકાય છે તે વિશે કહ્યું છે તે મહું મનન કરવા લાયક છે—

યઃ સ્વકાર, સ નિષ્કરત્,

સ દ્ય સુમિત્તમ ॥ ( મ ૫ )

જે કરતો રહે છે તે જ નિરોગ કાય' ફરે છે અને તે જ બધાથી જોઈ ચિકિત્સક થાય છે

જે કાય' કરતો રહે છે તે જ સમય જતાં ઉત્તમ પ્રવીણ બને છે આ પ્રકારનો અનુભવ કરનાર જ પછી ઉત્તમોત્તમ વૈદ્ય બની જાય છે

પ્રવીણતાની પ્રાપ્તિ

પ્રવીણતાની પ્રાપ્તિ કરવાના સાધન આ મત્રમાં વેદ

ખતાઓ છે કોઇ પણ ખાખતમાં પ્રત્યક્ષતા પ્રાપ્ત કરાવી  
હેય તો તેનો ઉપાય આ જ છે કે—

૧ ચક્રાર, સઃ નિષ્કરત । ( મ. ૫ )

‘ જે સર્વદા કાચ’ તરફ રહે છે તે જ પરિશ્રમી પુરુષ તે  
કાચની પુરી યોગ્યતા પોતાનામાં છાતી શકે છે ‘ આપણને પણ  
એવો અનુભવ થાય છે, જે ગાળન નિઘામાં પરિશ્રમ કરે છે  
તે પુરુષ ઉત્તમ ગરેબો બની જાય છે જે ચિત્ર કાઢવામાં  
ધ્યાન આપી પરિશ્રમ કરે છે તે એક દિવસ કૃશય ચિત્રકાર  
થાય છે તે પ્રકારે બીજી કારીગરીમાં પણ પ્રતીજ્ઞ થવાની  
વાત છે એકલબ્ય નામનો એક લિન જાતિનો કુમાર હતો  
તેની કુચ્છ ક્ષાનનિઘા પ્રાપ્ત કરવાની હતી કોરવ પાડવાની  
પાઠશાળામાં તેને દાખલ કરવામાં આવ્યો નહિ, પણ તેણે  
દરોજ અવિશ્રાંત રીતે અભ્યાસ કરી પે તે પોતાના દુઃનિશ્ચય  
પૂર્વક કરેલા પરિશ્રમથી ક્ષાનનિઘા પ્રાપ્ત કરી આ વાત પણ  
આ નિયમને અનુકૂલ સિદ્ધ થઇ છે આ કથા મહાભારતમાં  
આદિપર્વમાં વાચકોને જોવા મળે છે

આ નિયમનું જે ઉત્તમ પાલન કરે છે તે જ દરેક વિદ્યાર્થી  
પ્રતીજ્ઞ બની શકે છે અહીં ચિકિત્સાનો વિષય છે, માટે તેની

પ્રતીજ્ઞના પણ તેમાં કાચ કરવાથી પ્રાપ્ત થઇ શકે છે પણ  
અનુભવથી જાની નવેલો વેદ વિશેષ શ્રેષ્ઠ સમજાય છે, અદ્ય  
અનુભવી વેદ તેટલો શ્રેષ્ઠ સમજાતો નથી, તેનું કોરવ પણ  
આ જ છે

કર્મ કરવાથી બંધાને શ્રેષ્ઠ પ્રાપ્ત થાય છે આ નિયમ  
સર્વત્ર એક સરખો લાગુ પડે છે આ સૂક્તના  
‘ આ સૂક્તના ચેથા મેત્રમો’ વ્રાહ્મણ શબ્દ છે તે  
બ્રાહ્મણનો વાચક છે તેથી અમર પડે છે કે આ ચિકિત્સાનો  
અવસાય બ્રાહ્મણના અવસાયોમાં સમિલિત છે વેદમાં બીજો  
કોણે ‘ વિમ્મ’ સ્વ ઉચ્ચતે મિવક્’ (૧૫૫ પણ અ  
૧૨૮૦) એવું કહ્યું છે એમાં પણ, ‘ વિમ્મ વેદ કહેવાય  
છે’ એવા લાવ છે અહીંના ‘ વિમ્મ’ શબ્દ જેને ‘ વ્રાહ્મણ’  
શબ્દની સંગતિ લગાડવાથી સ્પષ્ટ થાય છે કે બ્રાહ્મણના  
અવસાયોમાં વેદક્રિયા સમિલિત છે આગિરસોના વેદ  
વિદ્યાના અમરકોરો પ્રસિદ્ધ છે તે બધું જોતાં આ નિયમમાં  
સ કા રહી શકતી નથી

આ સૂક્ત ‘ લક્ષ્મણાશન ગણ’ નું સૂક્ત છે, માટે  
રોગનિવારક બીજા સૂક્તો જેને તેમનું અધ્યયન વાચકોએ  
કરવું

## ક્ષેત્રિયરોગ દૂર કરવો

કાંડ. ૨, સૂક્ત ૮

( અપિ - મુગધેર । દવતા - વનસ્પતિ, યક્ષનાશનમ્ । )

ઉદગાતાં મર્ગવતી વિચૃતૌ નામ તારિકે । વિ ક્ષેત્રિયસ્ય મુજ્જતામધમ પાશ્વમુત્તમમ્

॥ ૧ ॥

અપેયં રાત્ર્યુચ્છત્વપોચ્છન્ત્વમિકૃત્વરીઃ । વીરુક્ષેત્રિયનાશન્યપ ક્ષેત્રિયમુચ્છતુ

॥ ૨ ॥

અર્થ— ( મર્ગવતી ) વૈષ્ણવી ઔષધિ તેમજ ( વિચૃતૌ નામ ) તેજ વધારનારી પ્રસિદ્ધ ( તારિક ) તારકાનામક  
વનસ્પતિઓ, ( ઉદગાતા ) ઉગેલ છે તે બને ( ક્ષેત્રિયસ્ય અધમ ઉત્તમ ચ વાશ ) કુળમાં ચાલતા આવેલા રોગના  
ઉત્તમ અને અધમ પારોને ( વિ મુજ્જતામ્ ) ખોલી નાંખે [ ૧ ]

( ૨૫ રાત્રી અપ ઉચ્છતુ ) આરાત્રી ચાવી જાય અને તેની સાથે ( અપિ કૃત્વરી અપોચ્છન્તુ ) દિ સા  
કરનારા દૂર થાય તેમજ ( ક્ષેત્રિયનાશની વીરુક્ ) કુળમાં ચાલતા આવેલા રોગોનો નાશ કરનારી ઔષધિ ( ક્ષેત્રિયં  
અપ ઉચ્છતુ ) આત્રા સિદ્ધ રોગોને દૂર કરે [ ૨ ]

ભાષાર્થ— જે પ્રકારની વૈષ્ણવી અને જે પ્રકારની તારિક આ ચાર ઔષધિઓ કાઠિ વધારે છે, જે શૂનિ ઉપર લગે  
છે, તે ચાર ઔષધિઓ આત્રાસિક રોગોને દૂર કરે છે ( ૧ )

રાત્રી ચાવી જાય છે, તેની સાથે દિ સક આત્રી પણ ચાલતા જાય છે તે પ્રકારે આ ઔષધિ આત્રાસિક રોગોને તેમન  
મૂળ કારણો સાથે દૂર કરે ( ૨ )

ધુમ્ધારેનું નાનકાણ્ટમ્પ યર્ષસ્ય ચે પત્ન્યાસ્યા તિલ્લમ્પ તિલપિઙ્ગવા ।

ધીરુર્ધેત્રિયનાશ્ચન્નયર્ધ ધેત્રિયમુંચ્છતુ

॥ ૩ ॥

નર્મસ્યે સ્નાર્દ્દનમ્પો નર્મ રૂપામુંચર્ધ્યઃ । ધીરુર્ધેત્રિયનાશ્ચન્નયર્ધ ધેત્રિયમુંચ્છતુ

॥ ૪ ॥

નર્મઃ મનિસ્યાધેત્ર્યે નર્મઃ સંદેહયેત્રિયા ।

નમઃ ધેત્ર્યસ્ય વર્તય ધીરુર્ધેત્રિયનાશ્ચન્નયર્ધ ધેત્રિયમુંચ્છતુ

॥ ૫ ॥

અર્થ— ( ધુમ્ધારે મર્જુનના પાનના તે પાન ) બૂઝ અને મ્હેન રૂપના બાળા અમલી ( પત્ન્યાસ્યા ) રક્ષાકરિણી તેમજ ( તિલમ્પ તિલપિઙ્ગવા ) નમ્મની મન્મરીયા આનુરક્તિ રોગ દૂર કરનારી આ વનરખનિ દ્વિત્ય રોગથી મુક્ત કરે [ ૩ ]

( તે સ્નાર્દ્દનમ્પો નર્મ ) નારા રોગને સ્વાસ્થ્ય દો. ( રૂપામુંચર્ધ્યઃ નર્મ ) દમનના લાકડાને નમસ્કાર દો. ( ૪ )

( ધીરુર્ધેત્રિયનાશ્ચન્નયર્ધ નર્મ ) જલપ્રવાહ અથવા વનરે અકળને સ્વાસ્થ્ય, ( સંદેહયેત્રિયા નર્મ ) સ્વદેશ આપનારો સ્વાસ્થ્ય, ( મનિસ્યાધેત્ર્યે નર્મ ) મિત્રના સ્વામીને અકાર દો. ( ધેત્રિયનાશ્ચન્નયર્ધ ધેત્રિય મમ ઉચ્છન્ન ) આનુરક્તિ રોગને દૂર કરનારી આપિ આનુરક્તિ રોગને દૂર કરે [ ૫ ]

આવાર્થ— બૂઝ અને સ્વદેશ રૂપના બાળા અમલ સાથે વચ્ચી મન્મરીયાનું નવનું સેવન કરવાથી આ આવાર્થ આનુરક્તિ રોગને દૂર કરે [ ૩ ]

દુષ્ણ અને તેની તાડકીએ જેથી બ્રમિ સરખી કરવામાં આવે છે, તેથી ખેલવા કદેલી વનરખનિએ તેવા થાય છે, ખરે તેમની પ્રથમ કરી થાય છે ( ૪ )

જેના મિત્રના ખેલવા કદેલી વનરખનિએ કયાકારમાં આવે છે, એ તેમને જાણી આવે છે અથવા એ મન્મરીયા થાય છે અથવા, તેમજ જે આ વનરખનિએ આ સદેશ જનતા મુખી પહેલાં કરે છે, તે અપાત્ર પ્રસન્ન કરી થાય છે આ વનરખનિ આનુરક્તિ રોગથી મુક્ત થાય છે ( ૫ )

## દ્વિત્યરોગ દૂર કરવો

### દ્વિત્યરોગ

જે રોગ પાતાપિતાના કરીથી અથવા તેમના પશુ પુત્રીએ ના કરીથી માન્યા આવે છે, તે અનુરક્તિ રોગને દ્વિત્ય કહે છે. વેદકાલમાં દ્વિત્ય રોગને ગાય અસાધ્ય કહે છે. દ્વિત્યરોગ થયું બાળે સુસાધ્ય હોવા નહીં, આટલે રોગી માતા પિતાઓએ સતાનેદ્રપતિનું કમ કરવું એવું નથી પહેલાં એવા અવકાશ કરવા ભોમ્મએ કે જેથી રોગ ઉત્પન્ન થય નહિ, આવધાન વગેરે અવકાશ આરોગ્ય સાધક હોવા ભોમ્મએ. જે નિરોગી હોય તેમને જ સંતાનેદ્રપતિ કરવાનો અધિકાર છે. રોગી માતાપિતા સતાનેદ્રપતિ કરે છે અને પાતાના વચ્ચેને દ્વિત્યરોગનાં કારણો મૂકે છે એવા અસાધ્ય આનુરક્તિ

રોગીની ચિકિત્સા કરવાની વિધિ આ સૂત્રમાં જણાવી છે તેથી આ સકલ વિશેષ ઉપયોગી છે.

એ ઐતરદ્વિત્ય

" પ્રગથર્તી અને તારકા " આ બે ભોમ્મપિઓ છે જે કરીથી કાંતિ વધારે છે અને દ્વિત્યરોગને દૂર કરે છે આ બે ભોમ્મપિઓની શોધ વેદાને કરી ભોમ્મએ—

૧ પ્રગથર્તી— તેને વેંચુરી, લખુધનાયરી, વૃક્ષરી, અપરાશ્ચામ, વિષ્ણુકાન્થા કહે છે તેમજ—

૨ તારકા— આ ભોમ્મપિને રૂપાદર્શ અને દ્વિત્યરોગી કહે છે તેના અર્થ પશુર અને મોલી પશુ છે

૧. કેટલા શબ્દોનો અર્થ જાણવાથી ઔષધ સિદ્ધિ થતી નથી અને કોશ દ્વારા શબ્દાર્થ કરવાથી પણ ઔષધ તૈયાર થઈ શકતી નથી. આ વિશેષ મહત્વનો વિષય છે અને આ કષ્ટ વનસ્પતિના નામ છે તેના નિશ્ચય સારા વંદોએ કરવો જોઈએ અને તેમના ઉપયોગની રીત પણ નિશ્ચિતરૂપે કહેવી તેમના અધિકારની ધાન છે ' મૃગયત્તી અને તારકે ' આ બંને ઔષધિનાયક સ્પષ્ટ અર્થો દ્વિવચનમાં છે, તેથી ઔષધ થાય છે કે આ એક એક નામની બન્ને વનસ્પતિ જેમ અર્થ કરવો જોઈએ આ પ્રકારે આ બે નામોથી ચાર વનસ્પતિ થાય છે જે ક્ષેત્રિયરોગોને દૂર કરે છે અને શરદની કાંતિ ઉત્તમ તેજસ્વી કરે છે એટલે ક્ષેત્રિયરોગોને મૂળમાંથી ઉખારી ફેંકી દે છે આ પહેલા મત્રનું સ્પષ્ટ તાત્પર્ય ( મ. ૧ )

બીજા મત્રમાં કહ્યું છે કે જે પ્રકારે રાત્રી જવાથી અને દિવસ શરૂ થવાથી હિસક પ્રાણીઓ આપમેળે ઓછા થાય છે, તે પ્રકારે આ ઔષધિના પ્રયોગથી ક્ષેત્રિયરોગ મૂળમાંથી ઉખારી જાય છે. ( મ. ૨ )

ત્રીજા મત્રમાં આ ઔષધિ પ્રયોગના દિવસોમાં કરવા યોગ્ય પરેશ અને ભોજનનો ઉપદેશ કરેલો છે. જે જવના કાંઈ જૂરા અને સફેદ રંગના હોય છે તે જવનું પેષ બનાવવું

અને તેમાં તવની મજરીથી પ્રાપ્ત થએલા તાજ તલ નાખવા, એટલે આ પ્રકારનું જવનું પેષ તત સાથે બનાવવું, આ ચિકિત્સા વખતે આનું ભોજન જ યોગ્ય છે. આ પથ્થની સાથે સેનન કરેલું પૂર્વોક્ત ઔષધ ક્ષેત્રિયરોગથી મુક્ત કરે છે એ આ સૂક્તનું તાત્પર્ય છે ( મ. ૩ )

ચોથા અને પાંચમા મત્રમાં આ પહેલાં કહેલી ઔષધિ ઓતે તેમજ આ પથ્થ ખોરાક ઉત્પન્ન કરનારા ખેડૂન, તે ખેતરમાં યોગ્ય સમયે પાણી આપનારા, આ ખેતર માટે હળ ચલાવનારા, હળનું સામાન દુરસ્ત કરનારા તેમજ આ ઔષધ અને પથ્થનો સંદેશ ક્ષેત્રિયરોગના રોગી મનુષ્ય પાસે લઈ જનારા બધાનો સત્કાર કર્યો છે જે આ પથ્થથી અને ઔષધિથી આનુવંશિકરોગ ખરેખર દૂર થતા હશે તેને બધા કારીગરો અને કાષ્ઠકરોનો યોગ્ય આદર કરવો કહ્યું જ ગઈ છે. હાલમાં તો એવા લોકોનો વિશેષ આદર કરવો યોગ્ય છે ( મં. ૪-૫ )

રાત્રી વેશ આ ઔષધિઓને અને આ પથ્થનો નિશ્ચય કરી તેની યોગ્ય રીતિ નિશ્ચિત કરી આનુવંશિક એટલેજ અસાધ્ય સમજાએલા બીમારીમાંથી રોગીઓને મુક્ત કરે.

## આનુવંશિકરોગો દૂર કરવા

કાંક, ૩, સૂક્ત ૭

( ઋષિ - મૃગશિરોહિ । દેવતા - વરુનાસનમ્ । )

हरिणस्य रघुप्यदोऽर्धं शीर्षणि मेपजम् । स क्षेत्रियं विषाणया विपूचीनमनीनशत् ॥ १ ॥

अनु त्वा हरिणो वृषां पद्भिस्तुर्मिरकमीत् ।

विषाणि वि व्यं गुष्पितं यदस्य क्षेत्रियं हृदि ॥ २ ॥

અર્થ— ( રઘુપ્યદ હરિણસ્ય શીર્ષણિ મેપજમ્ ) વેગવાન હરણના ખરતબની અદર ( મેપજ ) ઔષધ છે ( સ્વા વિષાણયા ) તે રોગથી ( ક્ષેત્રિયં વિપૂચીનમનીનશત્ ) ક્ષેત્રિયરોગોને બધા પ્રકારે નષ્ટ કરી દે છે [ ૧ ]

( વૃષા હરિણઃ પદ્ભિઃ પદ્ભિઃ ) બળવાન હરણ ચારે પાશથી ( ત્વા અનુ અક્રમીત્ ) તને અનુકૂલ એવું આક્રમ્ય કરે છે હે ( વિષાણે ) સૌમ્ય ! તું ( યદ્ અસ્ય હૃદિ ગુષ્પિતં ક્ષેત્રિય ) જે એના હૃદયમાં ગુપ્તક્ષેત્રિયરોગ છે તેના ( વિ વ્ય ) નાશ કરી દે [ ૨ ]

આવાર્થ— હડપથી દોડનારા હરણના સૌગંધામા ચારી હવા છે, તે સૌગંધી ક્ષેત્રિયરોગ દૂર થઈ જાય છે ( ૧ )

બળવાન હરણના સૌગંધી હૃદયમાં ગુપ્ત અવસ્થામાં રહેલા ક્ષેત્રિયરોગો દૂર થઈ જાય છે ( ૨ )



અદો યદ્વરોચેત્ ચતુષ્પદમિત્ ચ્છદિઃ । તેનાં તે સર્વે ક્ષેત્રિયમજ્ઞેમ્યો નાશયમાસિ ॥ ૩ ॥

અમૂ યે દિવિ સુમર્મે વિચૃતી નામ તારકે । નિ ક્ષેત્રિયસ્ય મુશ્વતામષમં પાશ્વમુત્તમમ્ ॥ ૪ ॥

આપ્ હદા ઇ મેપજીરાયો અમીવચાતનીઃ ।

આપો વિશ્વસ્ય મેપજીસ્તાસ્ત્વા મુન્નન્તુ ક્ષેત્રિયાત્ ॥ ૫ ॥

યદાસુતોઃ ક્રિયમાણાયાઃ ક્ષેત્રિય ત્વા વ્યાનશે ।

યેદાઈ તસ્ય મેપજે ક્ષેત્રિયં નાશયમિ ત્વત્ ॥ ૬ ॥

અપવાસે નક્ષત્રાણામપવાસ ઉપસામૃત । અપાસ્મત્સર્વે દુર્મૃતમર્પ ક્ષેત્રિયમુંચ્છતુ ॥ ૭ ॥

અર્થ — (અદઃ યત્) તે ને (ચતુષ્પદ છદિઃ) આર પાંખવાળા જનની જેમ (અવરોચેત) અમકે છે, (તન તે અગમ્ય) તેનાથી તારા અગ્રાથી (સર્વે ક્ષેત્રિય નાશયમાસિ) બધા ક્ષેત્રિયશોગનો અમે નાશ કરીએ છીએ [૩]

(અમૂ યે દિવિ) તે ને આકાશમાં (સુમર્મે વિચૃતી નામ તારકે) ઉત્તમ મહાસમાન એ તારા છે-વનસ્પતિ છે તે (ક્ષેત્રિયસ્ય અષમ કૃત્તમ પાશ્વ ધિમુચ્ચતા) ક્ષેત્રિયશોગના નીચલા અને ઉપરના પાશોને છુટા કરે (૪)

(આપ્ હત્ વૈ ઇ મેપજીરાય) પાણી ખાતીથી કયા છે, (આપ અમીવચાતનીઃ) પાણી રોગનાશક છે, (આપો વિશ્વસ્ય મેપજી) પાણી બધા શોગની દવા છે (તા ત્વા ક્ષેત્રિયાત્ મુન્નન્તુ) તે પાણી તને ક્ષેત્રિય-શોગમાંથી છુટા કરે [૫]

(યત્ ક્રિયમાણાયા આસુતોઃ) ને ગમડી જનારા રક્ષથી, (ક્ષેત્રિય ત્વા વ્યાનશે) ક્ષેત્રિયશોગ તારી બદર બાપી રહો જો તે (તસ્ય મેપજઃ અહ વેદ) તેની દવા હું બાણું છું અને તેનાથી હું (ત્વન્ ક્ષેત્રિય નાશયમિ) તારામાંથી ક્ષેત્રિયશોગનો નાશ કરી છું [૬]

(નક્ષત્રાણા અપવાસે) નક્ષત્રો છુપાઈ ગયા પછી, (હત્ ઉપસામૃત અપવાસે) કયા જતી રહ્યા પછી (સર્વે દુર્મૃત અસ્મત્ અપ) બધા અનિષ્ટ અમારા બધાથી દૂર થાય તેમજ (ક્ષેત્રિય અપ ઇચ્છતુ) ક્ષેત્રિયશોગો પણ દૂર થઈ જાય [૭]

આવર્થ — આ આર પાંખવાળા જનની જેમ હરણના સૌંદર્ય અમકે છે તેથી બધા અગ્રા-અવધવામાં રહેનારા ક્ષેત્રિયશોગનો નાશ થાય છે (૩)

આ જ મહાસમાન તારાવાની જેમ તારા નાખની એ વનસ્પતિ છે તેથી કૃત્તમ આવતા આવેલા રોગ દૂર થાય છે (૪) પાણી સારી કયા છે, તેથી બધા રોગો દૂર થાય છે બધા રોગો મટે આ એકજ ઔષધિ છે અને તે ક્ષેત્રિયશોગનો દૂર કરે છે (૫)

જે બનડેવા પછીથી વાસના ક્ષેત્રિયશોગ રચાન કરી રહ્યો હોય તે તે ગદિની દવા હું બાણું છું અને તેથી રોગ ખત્તુ દૂર કરે છે (૬)

નક્ષત્ર દેખાવાના બધા થયા પછી અને કયા આકાશમાંથી અગ્રેય થયા જ બધા રોગોનો અમારા બધામાંથી દૂર થાય અને અમારા ક્ષેત્રિયશોગ ખત્તુ દૂર થાય (૭)

## આનુવંશિકરોગો દૂર કરવા

માતાપિતાથી સંતાનમાં આવેલા ક્ષેત્રિયરોગ

જે રોગો માતાપિતાથી સંતાનમાં આવે છે તેમને ક્ષેત્રિયરોગ કહે છે, આ ક્ષેત્રિયરોગ દૂર થવા કંઈ હોય છે. તેમની ચિકિત્સા આ સૂક્તમાં કહી છે.

હરણના સીંગડાથી ચિકિત્સા

જે કાળો હરણ હોય છે. જેના સીંગ ધણી મોટા હોય છે, તે સીંગમાં ક્ષેત્રિયરોગ દૂર કરવાના ગુણ હોય છે. 'હરણના મંસ્તકમાં જે સીંગ છે તેના કારણે ક્ષેત્રિયરોગો દૂર થાય છે.' (મં. ૧) હરણના સીંગ વિષે વેદકાંધમાં—

મૃગશૃંગં મસ્મદ્દ્રોગે ત્રિકશૂલાદૌ શસ્ત્રમ્.  
(વેદક શબ્દસિન્ધુ)

'હરણનું સીંગ ભસ્મરોગ, હૃદયરોગ અને ત્રિકશૂલાદિ રોગોમાં પ્રશસ્ત છે.' આ કહેવું આ સૂક્તની કથન જોડે ખંધ બેસતું છે.

હૃદયરોગ

આ સૂક્તમાં બીજા મંત્રમાં (હૃદિ ગુપ્તિતં ક્ષેત્રિયં) (મં. ૨) હૃદયમાં રહેનારો ગુપ્ત ક્ષેત્રિયરોગ, આ પ્રાયઃ હૃદયરોગ જ હોય છે. ત્રીજા મંત્રમાં 'જંગેત્રયાઃ ક્ષેત્રિયં' (મં. ૩) બધા જંગોમાંથી ક્ષેત્રિયરોગ દૂર કરવાની વાત કહી છે. પ્રથમ મંત્રમાં સામાન્ય ક્ષેત્રિયરોગનું વર્ણન છે, આ બધા રોગ હરણના સીંગાથી દૂર થાય છે. હરણનું સીંગ ચંદનની જેમ પાણીમાં પત્થર પર ધસીને માથા ઉપર લેપ કરાય છે, અથવા થોડા પ્રમાણમાં પેટમાં લેવાય છે. આ પ્રાંતમાં તો નાના બાળકોને ઉપર કલા મુજબ થોડા પાણીમાં ધોળી પાવામાં આવે છે અને માતાઓ કહે છે કે તેથી સંતાનોને આરોગ્ય થાય છે. માથામાં ગર્ભી અંદરથી એનું માથા ઉપર લેપ કરવાથી ગર્ભો દૂર થાય છે મજબૂત ગાંડ પછની અવસ્થામાં આ એક ઉત્તમ દવા છે.

ઔષધિ ચિકિત્સા

ઔષધ મંત્રમાં 'સુમગા અને તારકા' આ બે શબ્દો છે. આજ પ્રકારનો મંત્ર કાં. ૨ સ્. ૮ માં આપ્યો છે જુઓ—

મગવતી અને તારકા

મગ-વતી વિષ્ણુતો નામ તારકે || (કાં. ૨, સ્. ૮, મં. ૧)

તેની સાથે આ સૂક્તનો મંત્ર પણ જુઓ—

સુ-મગે વિષ્ણુતો નામ તારકે || (કાં. ૩, સ્. ૭, મં. ૪)

આમાં એક સરખા જ વિધાન છે. માટે બીજા કાંડના ૮ માં સૂક્તના પ્રસંગે 'મગવતી અને તારકા' વનસ્પતિ વિષે જ લખ્યું છે, તેજ વાચકોએ બહોં સમજવું. સુમગા અને મગવતી આ બે શબ્દો એકજ વનસ્પતિના વાચક હશે અને તારકા શબ્દ બીજી વનસ્પતિનો વાચક હશે આ બે વનસ્પતિઓ ક્ષેત્રિયરોગને દૂર કરે છે, તેથી કાંડો બોધ લેવો તે માટે કાં. ૨, સ્. ૮, મં. ૧ નું વિવરણ વાચવું.

દુલોહ અને બૂલોહમાં સમાન ઔષધિ

વનસ્પતિ સાથે દુલોહનો સંબંધ બનાવ્યો છે, સોમ દુલોહમાં છે અને પૃથ્વી ઉપર પણ વનસ્પતિરૂપમાં છે. તે જ પ્રકારે 'સુમગા (મગવતી)' અને તારકા' આ બે ઔષધિઓ પણ વનસ્પતિરૂપથી પૃથ્વી ઉપર છે અને તેજરૂપે દુલોહમાં છે. આ વર્ધન વનસ્પતિનું પ્રશંસાપૂર્ક પ્રતીત થાય છે.

જલચિકિત્સા

ક્ષેત્રિયરોગ દૂર કરવા માટે જલચિકિત્સા કરવાનો ઉપદેશ આ સૂક્તના પાંચમા મંત્રમાં છે આ મંત્રમાં કહ્યું છે કે 'પાણી બધા રોગોની એક દવા છે, માટે ક્ષેત્રિયરોગ પણ તેથી દૂર થઇ શકે છે.' પાણીના આરોગ્યવર્ધક ગુણના વિષે કાં. ૧, સ્. ૪ થી ૬ આ ત્રણ સૂક્ત જુઓ.

છઠ્ઠા મંત્રનો આશય એમ છે કે જો રોગ અથવા ક્ષેત્રિયરોગ બળદેલા ખાલ-પેયથી થાય તો પહેલાં કલા મુજબ દૂર થઇ શકે છે એટલે પહેલા પાંચ મંત્રોમાં કહેલા ઉપાય જ બધા રોગોને દૂર કરવા માટે પુરતા છે.

ઉપરના ઉપાયોથી થતી થોડા સમયમાં રોગ દૂર થઇ શકે છે. જો રોગોનો આરંભ આજે થયો હોય તો રાત્રીની તારકા અલોપ થાય તે સમયે અથવા ઉપાસણ દર થઇ દિવસનો પ્રકાશ શરૂ થતાં જ બધા રોગ દૂર થઇ જાય છે. જો આ વર્ધન કાંબંધ જ માનવામાં આવે તો તેનો અર્થ એટલો જ થશે કે 'અહુજ જલદી રોગ દૂર થશે.'

## પશુઓનું આરોગ્ય રક્ષણ

કાંડ ૩, સૂક્ત ૨૮

( ઋષિ:- ઋણા । દેવતા:- યમિની । )

ઈકંકયૈષા સુપ્ત્યા સં યમૂય યત્ત્વા અસૃજન્ત મૃતકૃતૌ વિશ્વરૂપાઃ ।

યત્ર વિજાયતે યમિન્યપૃથઃ સા પશૂન્ધિનાતિ રિક્તી કૃત્તી

॥ ૧ ॥

શ્વપા પશૂન્તસં ધિનાતિ ક્રુચ્યાઙ્ઙસ્વા અર્દરી । હૃતૈનાં પ્રક્ષણે દદ્યાત્તથા સ્યોના શિવા સ્પાદ ॥ ૨ ॥

શિવા મંત્ર પુરોષમ્પો ગોમ્પો અશ્વેમ્પાઃ શિવા । શિવાસ્મૈ સર્વેસ્મૈ ક્ષેત્રાય શિવા નં દૃદૈર્ધિ ॥ ૩ ॥

દ્વહ પ્રુદિરિદ્દ રસં દ્વહ સહસ્રસાતમા મચ । પશૂન્ચમિનિ પોપય

॥ ૪ ॥

અર્થ:- ( યત્ર મૃતકૃત વિશ્વરૂપા ગાઃ અસૃજન્ત ) અર્થા બૂતોને તેવાર કરનારાએ અનેક રમરપાળી ગાયો બનાવી, ત્યાં ( યવા ) આ ગાય ( પ્રક- વકયા રુદ્રવા સંયમૂય ) એક એકના કૃમ્બી બાળક ઉત્પન્ન કરવા માટે ઉત્પન્ન થઇ છે ( યત્ર મપ-મ્હત્તુ યમિની વિજાયતે ) અર્થા અતુકાળથી બિન સમયે જોડિયા બાળકોને ઉત્પન્ન કરનારી ગાય હોય છે ત્યાં ( સા દશતી રિક્તી ) તે ગાય પીડા દેતી અને કષ્ટ ઉત્પન્ન કરતી ( પશૂન્ ધિનાતિ ) પશુઓને નષ્ટ કરે છે. [ ૧ ]

( યવા ક્રુચ્યાઙ્ઙ વ્યક્તરી શૂતવા ) આ ગાય માંસ ખાતરા કિમીની જ્યે બની ( વશૂન્ ત ધિનાતિ ) પશુઓના નાશ કરે છે ( હત વર્ના મક્ષણે દદ્યાત્ ) માટે આ ગાયને બાહ્યભુતી પાસે મોકલી નોંધી. ( તથા સ્યોના શિવા સ્પાદ ) તેથી તે સુખદાયક અને કષ્ટપાણીકરક થઇ જાય. [ ૨ ]

( પુરુષેમ્પાઃ શિવા મપ ) પુરુષો માટે કષ્ટપાણી કરનારી થા ( ગોમ્પાઃ અશ્વેમ્પાઃ શિવા ) ગાય અને ઘોડા માટે કષ્ટપાણી કરનારી થા, ( અશ્વૈ સર્વેસ્મૈ ક્ષેત્રાય શિવા ) આ બધી જમી માટે કષ્ટપાણી કરનારી થઇ ( ન શિવા યોધિ ) અમારા માટે સુખ આપનારી થા. [ ૩ ]

( દ્વહ પ્રુદિ દ્વહ રસ. ) બહી પ્રુદિ અને બહી રસ છે ( દ્વહ સહસ્ર-સાતમા મચ ) બહી હજારે લાખ આપનારી થા અને છે ( યમિની ) એક સત્તાન ઉત્પન્ન કરનાર ગાય । ( દ્વહ વશૂન્ પોપય ) બહી પશુઓને પ્રુદ કરે [ ૪ ]

ભાષાર્થ:- સદિ ઉત્પન્ન કરનારાએ અનેક રમરપ અને જુદા જુદા ગુણધર્મવાળી ગાયો બનાવી છે તે બધી ગાયો એકજાત એક જ અસ્તુ ઉત્પન્ન કરવા બનાવી ॥ અર્થા આ ગાયો તરુડે જોડી બીજા સમયમાં એકી સમયે બે બચ્ચાને જન્મ આપે છે ત્યારે તે પાતક અને નારાક થાય છે, તેથી બીજા પશુઓ પશુ નષ્ટ થાય છે. [ ૧ ]

જેમ માંસ ખાતરા પશુ નારાક હોય છે, તેજ પ્રકારે આ રીતી ગાય નારાક હોય છે, માટે તેમ થતા જ તેને શોષ કષાય નાશવાદ બાહ્યુદેવે પાસે મોકલાવી નોંધ્યે તથા શોષ ઉપચારોથી તે ગાય મુજબરક બની જશે. [ ૨ ]

આ ગાય અનુપના મટે તેમજ નાદ, વોડા, બજદ વગેરે માટે, તથા આ જમી માટે અને અમારા બધા માટે સુખ આપનારી થાય. [ ૩ ]

આ ગાયમાં શોષપાતકક ગુણો છે, તેમાં જીવન ફર છે, આ ગાય હબરેક રીતે ગુણોએ સાધકાયક થાય છે, આ પ્રકારની ગાય બધા પશુઓને બહી પ્રુદ કરે. [ ૪ ]

યત્રાં સુહાર્દઃ સુકૃતાં મદન્તિ વિહાય રોગં તન્નૃપઃ સ્વાયાઃ ।

તં લોકં યમિન્યભિસંવભૂવ સા નો મા હિંસીત્પુરુષાન્પશૂંશ્ચ

॥ ૫ ॥

યત્રાં સુહાર્દાં સુકૃતામગ્નિહોત્રહુતાં યત્ર લોકઃ ।

તં લોકં યમિન્યભિસંવભૂવ સા નો મા હિંસીત્પુરુષાન્પશૂંશ્ચ

॥ ૬ ॥

અર્થ— ( યત્ર ) ને દેશમાં ( સ્વાયાઃ તન્વ રોગં વિહાય ) પેતાના શરીરના રોગનો ત્યાગ કરી ( સુહાર્દઃ સુકૃતઃ મદન્તિ ) ઉત્તમ હૃદયવાળા અને ઉત્તમ કર્મવાળા થઈ આનંદિત થાય છે હે ( યમિની ) ગાય ! ( તં લોકં અમિ-સયમ્ભૂવ ) તે દેશમાં જ્યાં પ્રકારે મળીને થઈ જા ( સા નઃ પુરુષાન્ પશૂન્ મા હિંસીત્ ) તે અમારા પુરુષો અને પશુઓની હિંસા ન કરે [ ૫ ]

( યત્ર યત્ર સુહાર્દાં સુકૃતાં અગ્નિહોત્રહુતાં લોકઃ ) જ્યાં જ્યાં શુભ હૃદયવાળા, ઉત્તમ કર્મ કરનારા અને અગ્નિહોત્રમાં દવન કરનારાઓનો દેશ હોય છે, હે ( યમિની ) ગાય ! ( ત લોકં અમિસયમ્ભૂવ ) તે લોકમાં મળી રહે અને ( સા ના પુરુષાન્ પશૂન્ ચ મા હિંસીત્ ) તે અમારા પુરુષો અને પશુઓની હિંસા ન કરે [ ૬ ]

ભાવાર્થ—ને પ્રદેશમાં જ્યાં રહેવાથી શરીરના રોગ દૂર થાય છે અને શરીર સ્વસ્થ થાય છે, તેમજ ને પ્રદેશમાં ઉત્તમ હૃદયવાળા અને ઉત્તમ કર્મ કરનારા લોકો આનંદી રહે છે તે દેશમાં આ ગાય જાય ત્યારે ત્યાં રહે બહારી રોગી અવસ્થામાં રહી અમારા મનુષ્યો અને પશુઓને કષ્ટ ન પહોંચાડે ( ૫ )

ને પ્રદેશમાં ઉત્તમ હૃદયવાળા શુભકર્મ કરનારા અને અગ્નિહોત્ર કરનારા સંજ્ઞાન રહે ॥ તે દેશમાં આ ગાય જાય અને નિરોગી અને રોગી યદને અમારા પુરુષો અને બીજા પશુઓમાં પેતાનો રોગ પ્રસારી કષ્ટ ન પહોંચાડે ( ૬ )

## પશુઓનું આરોગ્ય રક્ષણ

### પશુઓનું સ્નાત્થ

પશુઓનું આરોગ્ય ઉત્તમ રહેતું જોઈએ નહિ તો એક પણ પશુ રોગી થાય તો તે બીજા પશુઓનું તેમજ મનુષ્યોનું આરોગ્ય પણ ખગાલી શકે છે એક પશુનો રોગ બીજા પશુને લાગી શકે ॥ અને તે કારણે બધા પશુ રોગી થઈ જાય તો તેમનું રોગ-સુકત દષ્ટિ પાંચે મનુષ્ય પણ રોગી થાય ॥ આ અનર્થ પર પરાને દૂર કરવા માટે પશુઓનું ઉત્તમ આરોગ્ય રાખવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ

### પશુરોગની ઉત્પત્તિ

પશુઓમાં રોગ ઉત્પન્ન થવાના ત્રણ કારણો આ સૂકતમાં આપ્યા છે, તે જુઓ—

૧ અપાન્નક્રાન્તઃ—અપાન્ન વિરૂદ્ધ આચરણ કરવાથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે પશુઓ માટે ને સમયે ને ખાવાપીવાનો

વગેરે પ્રત્યેક દોષો જોઈએ તે યથાયોગ્ય થવો જ જોઈએ તેમાં અયોગ્ય રીતિનું પરિવર્તન થવાથી પશુ રોગી થાય છે. પશુ સમય થતાં પહેલાં ખવડુ જન્મવાથી પણ ગાય રોગી બને છે

૧ યમિની વિજ્ઞાયતે—જેડોકાં ખવડા ઉત્પન્ન થવાં એમાં પ્રસૂતિની રીતિમાં ખગાડ થઈ વિવિધ રોગ થાય છે

૩ કઠવાદુ વ્યદ્ધરી મ્ભ્વા— માંસ ખાનારી વિશેષ લક્ષક બની રોગી થાય છે

ગાય જ્યારે પ્રસૂત થાય છે ત્યારે ગર્ભસ્થાનના કેટલાક ભાગ પડે છે કદાચ ગાય તે ભાગોને ખાઈ જાય છે અને તે કારણે જ રોગી થાય છે અથવા ચોની વગેરે સ્થાનોમાં જોડ બળક પેદા થવાના કારણે કષ્ટ થાય છે અને ત્યાં પ્રસૂતિસ્થાનનું ઝેર લાગવાથી ગાય રોગી બને છે આ પ્રકારે આવા સ બધા

કારણે માત્ર રોગી મવાની સંભાવના પુરક જ છે. ખારે માવના  
રવાઈએ એવા સમયે સારી સાવધાનતા ગળતી અને કોઈ  
પ્રકારે પણ અસાવધાની થવા કેવી નહિ.

આ બધા રાજો પશ્ચાત્તાન દોષ છે અને જો એ પશ્ચાત્તાન રાજાથાથ તો તેના સંસ્કર્મો આવનારા જીવન પશુઓના પશુનાથ તે રાજોના કારણે થઈ શકે છે. ખારે જીવો પરમાપુષ્કળ પશુઓ છે તેણે એવા સખે ગોચ સાવધાની રાખવી અને કોઈ પ્રકારે અસાવધાની થઈ ન દેવી. પોતાના પશુઓના આરાધનનું સાચું રક્ષણ કરવું.

ਪ੍ਰੀਤ ਪਤ੍ਰ

પણના સ્વાસ્થ્યના વિષયમાં આરશયક યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવાથી પણ માથ વગેરે પર ઉપર કદેલા કારણે બચવા ખીન કારણોથી રોગી બને છે, તેવા રોગો થતા જ તેમને સારા લેઈ પાસે મોકલવા ભેખડે તે વિનિ કદ્ય છે—

उत एनां प्रपूणे दद्यात् तथा ह्योना शिषा स्यात् ॥

( मं. २ )

‘ તે શેશી માયને ખાલજી પાસે બાપરી જોડજો. જેથી તે શુભ અને કલ્યાણકારી બને. ’ એટલે તે શેશી માયને એવા સારા ઘાની વેઘની પાસે મોકલતી કે જેથી તેની પાસે તે યોગા દિવસ રહેવાથી તે નિરંજની સ્વરૂપ અને શુભ બની જાય. અહીં ‘ પ્રહારજી ’ અર્થ છે. આ અર્થ અને આશય લૂંટી ચિંતિતો બન્યાનાં શેશી ઘાની વેઘ છે. આલણા જ વેઘક્રિયા છે. તે વિષે વેદમાં ખીજે લખ્યું છે—

यत्रौपथीः सभाप्रत राजानः समितामिव ।

यिप्रः स उच्यते मिपप्रक्षोद्दामोयथातनः ॥

( \* 10169111 ପା. 4. 12160 )

‘જો બ્રાહ્મણ પાસે પુત્રજન ઔષધિઓ હોય છે, તે વિષને વેંઈ કહેવાય છે, તે રાગાક્રિયાઓનો નાશ કરે છે અને તેજ રોગ પણ દૂર કરે છે.’

આ પ્રકારના જે વેદો હોય છે તેમના તાત્કાળાં જ્યેષ્ઠી રાશી  
ગાયને તત્કાળ સોંપી દેવી નેત્રજી તેમની પાસે રહી તે ગાય  
યોગ્ય ઉપચાર વડે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે. જ્યાં આ ગાયને  
મોકલવી નેત્રજી તે રથાત્ર ઉડું હોય તેનું વર્ણન પણ જુઓ-  
'યથા છુદ્ધાર્દઃ સુકૃતો મદસ્તિ વિદ્યાય રોગં તન્વા  
સ્વાયાઃ । ( મં. ૪ )

यथा सुहृदः सुकृतो मदन्ति विहाय रोगं तन्वा  
इत्याद्याः । ( भं. ५ )

यत्र सुखायां सुहृतां वसिष्ठोऽब्रुवत् यत्र लोकः ।

(M. 1)

तं लोकं यमिष्यमि संयमय । ( भ. ५-६ )

‘ જ્યોત્સ્ના દરરોજ આમિમાં દરન કરવાના લોકો રહે છે અને જ્યોત્સ્ના ઉપાસક હૃદયપાશા અને શ્રેષ્ઠ કર્મ જ્યોત્સ્ના લોકો રહે છે અને જ્યોત્સ્ના પોતાના શરીરના રોગો દૂર થઈ અને આનંદ પ્રસન્ન થઈ શકે છે તે રથાને આવેને મોકલવાની ભેદભક્તિ, ત્યાં રહેવાથી તેનું મજા પ્રકારે કલાણ થઈ. ’

દવાખાનામાં બધા શીકે અસિંહોત્રમાં દરરોજ દવન કરનારા હોય, કારણ કે દવાખાનામાં અનેક પ્રકારના રોગીઓ આવે છે, રોગીની સેવામાં વિવિધ રોગના સંપર્કમાં આવવું પડે છે, તેમના સ્વસ્થતાને કારણે રોગ પ્રસારવાની શક્યતા હોય છે, તે કારણે વાધુ શુદ્ધિ માટે દરરોજ દવન થવું યોગ્ય છે, સવારે અને સાંજે અસિંહોત્રના દવનથી વાધુ નિર્ણય થશે અને રોગપ્રતીજ નહીં થશે અને એવા વાધુથી રોગી પણ જાલદી નિરોગી થઈ શકે છે. આ દવાખાનાની વાધુશુદ્ધિ વિશે કહ્યું છે. તે સિવાય દવાખાનાના કર્મચારી દરરોજ નિયમપૂર્વક દવન કરનારા હોય, જેથી તેમને પણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થશે અને તે સ્થાનની પણ શુદ્ધતા થશે.

સાથે સાથે દવાખાનાના કર્મચારી (સુ-કૃતઃ) ઉત્તમ  
શુભકર્મ કરવારા પવિત્ર આત્મા હોવાનું જોઈએ. તેમના  
પવિત્રતાથી રોગીની આર્થા રોગ દૂર થઈ શકે છે, નવેલ  
પવિત્ર હૃદયપથો અને શુભ કર્મ કરનારાં દર્શી, તેની દવા  
પણ વધારે અચરકારક હોય છે. કારણકે દવાની સાથે તેના  
મનના શુભ વિચારો પણ સદાવરૂપ થાય છે.

એવા સમાચારી સહભાવનાવાળા ધર્મિંક વૈદ્યની પાસે જ રોગી જાય છે, તે રોગી તે પવિત્ર આશ્રમના વાયુમંડળથી—

स्थापः कृत्वा शेषं विहाय । ( ५. १ )

\* પોતાના સ્ત્રીસ્વામીને દોષ દર કરી. \* પૂર્વ નિરાશી બની જશે તેમાં કંઈજ સંકાં નથી માટે કહ્યું છે કે એવા સુનિષ્ઠ આચાર્યશ્રી પણ આનંદ્ય વૈષ્ણવી પાસે તે પ્રકારની રોગી માથને ત્વરિત મોકલવી બેઠાં. ત્યાં જન્મ તે આમ નિરાશી અને બ્યને ત્વાથી પાછી આવી \* ધરના મનુષ્ય, માથ, ઘેડા બંને ધરની બધી જુગિને પવિત્ર બનાવે. ( મં. ૪ ) નિરાશી માથનું મૂત્ર, જાણ તેમજ ગોરક અત્યંત પવિત્ર હોય છે. પરંતુ રોગી

ગાયના તે બધા પદાર્થો અત્યંત અનિષ્ટ હોય છે. માટે ઉપર કહ્યા મુજબ આશ્રમમાં પહેાંચી ત્યાં રહો, પૂજ્ય અદિત્ય આમ કરી જ્યારે તે ગાય પાછી આવે ત્યારે તે મંગલકારક બનશે; એમ જે ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યું છે તે ખરેખર ચોખ્ખા જ

છે. ' ગાયત્રી અંદર પોષક પદાર્થ અને અમૃતરસ હોય છે. આ ગાય અનંત પ્રકારે લાભદાયક હોય છે. ' ( મં. ૪ ) માટે તેના અરોગ્યની ચોખ્ખા કાળજી રાખી વ્યવસ્થા કરવી એજ મુખ્ય માટે લિખિત છે.

## કલેશ પ્રતિબંધક ઉપાય

કાંડ ૩, સુકેત ૬

( કાવિઃ- વામદેવઃ । દેવતાઃ- યાગપૃથિવી, વિષ્ણુદેવાઃ । )

કર્ષકસ્ય વિશ્વકસ્ય દ્યૌઃ પિતા પૃથિવી માતા । યથામિત્રક દેવાસ્તથાર્પ કળુતા પુનઃ ॥ ૧ ॥  
અશ્રેષ્ઠમાર્ણો અધારયન્તથા તન્મર્ત્તુના કૃતમ્ । કૃણોમિ વધિ વિશ્વકન્ધં મુષ્કાવર્હો ગર્વામિવ ॥ ૨ ॥  
પિશ્ચન્ને સુત્રે સ્વર્ગલં તદા વંશન્તિ વેધસઃ । શ્રવસ્યું શુષ્મં કાવવં વાર્ધિં કૃણવન્તુ વન્ધુરઃ ॥ ૩ ॥  
યેનાં શ્રવસ્યવશ્ચરથ દેવા દેવાસુરમાયયાં । શુનાં કપિરિવ દૂપ્પણો વન્ધુરા કાવવસ્યં ચ ॥ ૪ ॥

અર્થ— ( કર્ષક+કસ્ય=કુશલ ) કુશ એટલે નિર્જળ કરેલી અથવા તેજ પ્રકારે ( વિશ્વ+કસ્ય ) પ્રજ્વળ કરેલી પશુ ( માતા પૃથિવી ) માતા પૃથ્વી અને તેમને ( પિતા દ્યૌઃ ) પિતા સુલોક છે. હે ( દેવાઃ ) દેવા ! ( યથા અમિત્રક ) જેમ પરાક્રમ કર્યો હતો ( તથા પુનઃ અવકળુત ) તે પ્રકારે ફરી શત્રુઓને પ્રતિકાર કરો. [ ૧ ]

જેમ ( અ-શ્રેષ્ઠમાર્ણઃ અધારયન્ ) ન શાકનારા જ કોઇનું ખારણ કરતા રહે છે, ( તથા તત્ત્વ મનુના કૃતમ્ ) તે પ્રકારે તે કામ્ય મનનશીલ પશુ કરેલું હોય છે. ( મુષ્કાવર્હઃ ગર્વાં દિવ ) જેમ અંડકોપ તોડનારે માથુસ બળદને નિર્જળ કરે છે તે જ પ્રકારે હું ( વિ-શ્વકન્ધં વધિ કૃણોમિ ) રોજ વગેરે વિદ્ધીને નિર્જળ કરું છું [ ૨ ]

( વેધસઃ ) શાંતી લોક ( પિશ્ચન્ને સુત્રે ) બૂરા રંગના દોરામાં ( તત્ત્વ સ્વર્ગલં વાચવન્તિ ) તે મથિને બાંધે છે, ( વન્ધુરઃ ) બંધન કરનારા ( શ્રવસ્યું શુષ્મં કાવવં ) પ્રસિદ્ધ પ્રજા શોષક રોજને ( વધિ કૃણવન્તુ ) નિર્જળ કરે. [ ૩ ]

હે ( શ્રવસ્યઃ ) યશસ્વી પુરુષો ! ( યેન ) જેથી ( અસુરમાયયા દેવાઃ દિવ ચરથ ) જીવનકાતાની કુશળતાથી યુક્ત દેવીના સમાન આચરણ કરો છો તેમજ ( કાવિઃ શુનાં દૂપ્પણઃ દિવ ) વાંદરો જેમ કુતરોને તુચ્છ સમજે છે તેમ ( વન્ધુરા કાવવસ્યં ચ ) બંધન કરનારા રોજોને અથવા હુ-ખનો પ્રતિબંધ કરે છે. [ ૪ ]

બાવાર્થ— બળવાન અને નિર્જળ આ બંનેના માતા પિતા બ્રહ્મ અને સુલોક ॥ એટલે આ બંને પ્રકારના લોકો આપસમાં બાંધ છે. દેવતાલોક પરાક્રમ કરી શત્રુઓને પરાજય કરે છે, શત્રુને ઢાકે છે અને નિર્જલોનું સ રક્ષણ કરે છે. ( ૧ ) ન યાકતાં પરિશ્રમ કરનારા જ વિશેષ કામ્ય કરવા માટે સમર્થ થાય છે મનનશીલ મનુષ્યો પશુ તેવોજ પુરુષાર્થ કરે છે. હું પણ તેજ પ્રકારે શત્રુઓને તેમજ વિ-નેને નિર્જળ કરું છું. જે પ્રકારે અંડકોપ તોડનારે બળદને અંડકોપ તોડી તેને નિર્વીર્ય કરે છે. ( ૨ )

બૂરા રંગના સૂત્રથી જાની લોક મથિને બાંધે છે, જેથી પ્રસિદ્ધ શોષક રોજને નિર્વીર્ય બનાવે ( ૩ ) યશસ્વી પુરુષો જીવનના યશસ્વી રસ્તે બચે છે અને મૃત્યુને દૂર કરે છે. વાંદરા જક્ષણ રહે ॥ તે કતરાને તુચ્છ મને છે, તેજ પ્રકારે રોજ પ્રતિબંધની વિલા બળુનારા રોજોને દૂર કરે છે. ( ૪ )

દુષ્ટૈ દિ ત્વાં મસ્ત્યામિ દૂષયિષ્યામિ કાવૃવમ્ । ઉદાશ્વો રયાં દ્વ ગ્રપ્યેમિ સરિવ્યથ ॥ ૫ ॥  
 એકંશતં વિષ્કન્ધાણિ વિદિષ્તા પૃથિવીમનુ । તેષાં ત્વામગ્ર ઉસંહર્મણિ વિષ્કન્ધદૂષણમ્ ॥ ૬ ॥

અર્થ— ( દુષ્ટૈ દિ ત્વાં મસ્ત્યામિ ) દુષ્ટતાને દટાવવા માટે હું તને બાંધીશ અને ( કાવૃવમ્ દૂષયિષ્યામિ ) વિદ્યાને નિર્મળ બનાવીશ. ( આશ્વઃ રયાં દ્વ ) બદલી માલતારા રોની નેમ તમે ( ગ્રપ્યેમિ ) ઉગ સરિવ્યથ ) કાપીના બંધનથી દૂર થઈ જશો. [ ૫ ]

( એકશતં વિષ્કન્ધાણિ ) એકસો એક વિખો ( પૃથિવીં મનુ વિદિષ્તા ) પૃથ્વી ઉપર રવા છે. ( તેષાં અગ્રે ) તેમની સામે ( વિષ્કન્ધદૂષણં ત્વાં મર્ણિ ) કટનાશક તને મળિને ( સ્વ જહ્વા ) ઉચો ઉઠાવ્યો છે. બધાથી દૂર બાંધ્યો છે. [ ૬ ]

ભાષાર્થ— દુષ્ટ વિષયોને દૂર કરવા માટે યોગ્ય પ્રતિબંધ કરવો જોઈએ, તેજ પ્રકારે શત્રુદિ વિષયોને નિર્મળ કરવા જોઈએ. મુક્ત વેશવાળા રથ વડે મનુષ્ય પદોચ્ચતાના સ્થાને જઈને પદોચ્ચ નબ છે, તે પ્રકારે વધાર કટોલા તારો માનુષ્ય દુષ્ટ અવસ્થામાંથી નેમ થઈ નબ છે ( ૫ )

પૃથ્વી ઉપર કોંકરો વિખો અને દુષ્ટો છે. તેના પ્રતિબંધક ઉપાયોમાં દુષ્ટ પ્રતિબંધક મળિ વિશેષ પ્રભાવશાળી છે, એને માનુષ્ય કરાય છે ( ૬ )

## કલેશ પ્રતિબંધક ઉપાય

આ સુક્તમાં સમજાવવા માટે ઘણું કાણુ અને અત્યંત દુખોદ્ય છે. આ સુક્તના ' કર્શક, વિશક, શુગઢ, ક્ષાવઢ ' આ ચારે ઘણું દુખોદ્ય છે અને ઘણા પ્રયત્નો પછી પશુ તેમનો અર્થ કહી સુધી યોગ્ય પ્રકારે સમજી શકાયો નથી. જે વાચકો વેદાધ્યયની શોધ કરી રહ્યા છે તે આ વિશે વધારે શોધજોગ્ય અવસ્થા કરે

બધાના આત્મપિતા

પ્રથમ મંત્રના પ્રથમાર્ધમાં એક મહત્વપૂર્ણ વાત કહી છે તે બધાના બધુશાવની વાત છે—

કર્શકસ્ય વિશકસ્ય દ્વૈઃ વિષ્તા પૃથિવી માતા ।

( મં. ૧ )

જન્મતાં એ પ્રકારના મનુષ્યો છે, એક ( કર્શક ) કૃષ, અશક્ત, નબલોન અથવા જગતની રચનામાં ( કર્શક ) ખરાબ ખરીદાળા એટલે જે પોતાનો જવાબ કરી શકતા નથી અને બીજા ( વિશક ) પોતાનો પ્રવેશ દૂર દૂર સુધી કરી શકે છે અને બીજાનો પરજીવ કરી પોતાને અધિકાર ખીંગા ઉધર જમાવે છે. આ ચંદ્રોને બીજો અર્થ

એમ છે કે ( વિશક ) વિશેષ ખરીદાળા એટલે જે પશુઓ બીજાને લાત મારવામાં સમર્થ હોય છે. ' વિશક ' ના બંને અર્થમાં સમાન લાવએવો છે કે ' પાશવીશક્તિથી શુક્ત. '

( પૃથિવી ) પૃથ્વી

દુનિયામાં એ પ્રકારના લોકો છે, એક ( વિશક ) પાશવીશક્તિથી શુક્ત અને બીજા ( કર્શક ) પાશવીશક્તિ હીન હોયે એમ બનેલા બને છે કે પાશવીશક્તિથી બળવાન થયેલા લોકો નિર્બળ લોકોને દબાવતા રહે છે. તે કારણે સામાજિક, રાજકીય અને ધાર્મિક વિષયમના વધી જાય છે અને તે જ પ્રમાણમાં જનતાના કાલેશ વધે છે. આ કાલેશ નિવરણનો એકેએક ઉપાય આ છે કે ' બધા લોક પરપર ભાષા છે અને એક પરમપિતા અને એક પરમમાતાની સંતાન છે, ' આ ઉચ્ચ ભાવને જાગ્ય કરવો. જે નજા અને સમજ બને એમ માનશે કે ' અમારા બધાના પરમપિતા અને પરમમાતા એક જ છે, માટે અને બધા મનુષ્ય આપસમાં ભાઈ ભાઈ હોએ, ' તે પછી એક નીનગની જેડે લવવાનું કારણ રહેશે નહિ. કારણ કે અગ્રજાએ થાય તે પરકીય

ભાવનાથી થાય છે; તે પરકીય ભાવ આ પ્રકારે હટી ગયો તો ઝગડો રહેશે નહિ. સામાજિક, રાજકીય અને ધાર્મિક ઝગડા મટાડવા માટે એક ઉત્તમ અને પહેલો ઉપાય વેદે આ બતાવ્યો છે.

માતૃભૂમિને પોતાની માતા સમજવી અને સરજ, ઘુલોક અથવા પ્રકાશમય દેવને પોતાનો પિતા સમજવો, આ ઝગડા મટાડવા માટે ઉત્તમ ઉપાય છે. માતૃભૂમિની, ભક્તિ બે જનતાના મનમાં જન્મીત થાય તો બધાની એકતા થવા વાર લાગશે નહિ. માતૃભૂમિની ભક્તિ એવી વસ્તુ છે કે જે રાષ્ટ્રીય એકતાને વિકસિત કરે છે અને બધામાં અદ્ભૂત સામર્થ્ય ઉત્પન્ન કરે છે. માતૃભૂમિની ભક્તિમાં વિશેષતઃ સ્વદેશ પ્રેમ જ હોય છે પણ ભૂમિમાતાનો વિસ્તૃત અર્થ લેવાથી વિશ્વજંતુત્વની કલ્પના પણ આવી શકે છે.

### પરાક્રમ

માતૃભૂમિનું કલ્યાણ કરવાનો ઉદ્દેશ પોતાની સામે રાખી, તે સંબંધે ઉત્પન્ન થનાર પોતાના કર્તવ્ય કરવા માટે અને તે ઉચ્ચ કાર્ય માટે આવશ્યક ત્યાગ કરવા માટે માણસે તૈયાર રહેવું જોઈએ. જે પ્રકારે દેવાસુર યુદ્ધમાં દેવો અસુરોને હટાવવાના કાર્યમાં મહાન પરાક્રમ કરે છે, અસુરો ઉપર આક્રમણ કરી તેમને હટાવી દે છે, તે પ્રકારે યજ્ઞોએને હટાવવાનું કાર્ય મહાન પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. યજ્ઞોને પરાભવ કરવો અને તેને દૂર કરવો, આ બે વાતો આ પુરુષાર્થમાં મુખ્ય છે.

યયાઽમિચક્ર દેવાસ્તયાઽપ કૃણતા પુનઃ ॥ ( મં. ૧ )

'જેમ ( અમિચક્ર ) યજ્ઞ ઉપર હુમલો કરવો જોઈએ તેમજ ( અપ કૃણતા ) તેમને દૂર કરવો જોઈએ.' હુમલો કરી યજ્ઞોને પરાભવ કરવો જોઈએ અને તેને પોતાના સ્થાનથી હટાવવો જોઈએ. એટલું બધું કરી નબળાઓનું રક્ષણ કરવું જોઈએ.

આ બધું થવા માટે, બધા લોકોમાં બંધુત્વ ને પરમાત્માને બધાના માતા-પિતા માનવા, આ બે વાતોની જરૂરી છે. વાયકોએ આ અતિશય ઉપદેશનું સારા પ્રકારે મનન કરવું.

### પરિશ્રમથી સિદ્ધિ

પરિશ્રમ કર્યા વગર કોઈ પણ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતી નથી. જે કંઈ સિદ્ધિ મળે છે તે પ્રપન્થી મળે છે, જે અત્યાર સુધી વિગ્રથી લોકો થયા છે, તે યથાવસ્થી થેરાએલા રહેતા ન હતા.

તે પરિશ્રમ કરવા ડરતા ન હતા. માટે તેઓમાં ધારકચક્રિત ઉત્પન્ન થઈ અને તે ભક્તિઓ, સમાજો અને રાષ્ટ્રોને ધારણ કરી શક્યા. માટે મંત્રમાં કહ્યું છે—

અથેષ્માણો મધારયન્ તથા તન્મનુના કૃતમ્ । ( મં. ૨ )

'જે પરિશ્રમ કરવામાં ધાકતા નથી તે જ ધારણ કરે છે. મનનશીલે પણ તેમજ કર્યું હતું.' પરિશ્રમ કર્યા વિના ધારકચક્રિત આવી શકતી નથી અને જે મનનશીલ લોકો છે તે પણ પોતાની મનનશક્તિ વડે આ પરિણામ સુધી પહોંચ્યા છે. પ્રપન્થીશક્તિ મનુષ્યમાત્રને ઉદ્ધાર કરનારી છે. માટે હરકોઈએ પ્રપન્થીશક્તિનું મહત્ત્વ ભણી પુરુષાર્થ પ્રપન્થી પોતાનો ઉદ્ધાર કરવો જોઈએ અને પોતાના રાષ્ટ્રોના અભ્યુદય સાધવો જોઈએ.

પરિશ્રમી પુરુષ પોતાના પ્રપન્થી બધા વિદ્ધો દૂર કરી શકે છે. તેના માટે બધી અવસ્થાઓ પ્રપન્થ સાધ્ય હોય છે, તેના માટે અશક્ય અથવા અપ્રાપ્ય એવું કોઈ સ્થાન હોતું નથી. તે નિશ્ચયપૂર્વક કહે છે કે—

કૃણોમિ લઘિ ચિષ્કન્થં મુષ્કાયર્હો ગવામિય । ( મં. ૨ )

'હું ખાતરીથી વિદ્ધને નબળું બનાવી દઉં. જે પ્રકારે અંકોશને તોડનારા લોકો બળદને ખાતરીથી નિર્વાય કરે છે.' પુરુષાર્થ પ્રપન્થી બધા વિદ્ધો, બધા પ્રતિબંધ, બધી આધિ-બાધિનાં કષ્ટો દૂર થઈ શકે છે. પુરુષાર્થ પ્રપન્થી સામે આ વિદ્ધો કરી શકતાં નથી.

અહીં બળદનો અંકોશ તોડી તેને પ્રપન્થન કાર્ય માટે અસમર્થ બનાવવાની વિદ્યાનું સૂચન છે. ખેતી માટે બાવા પ્રકારના બળદનો ઉપયોગ થાય છે.

### અમુરમાયા

'અમુરમાયા' નો વિષય ચોથા મંત્રમાં આવે છે, 'માયા' શબ્દનો અર્થ 'કૌશલ્ય, હુનર, કળા, પ્રવૃત્તાનું કર્મ' છે, 'અમુર' શબ્દનો અર્થ '( અ-મુર ) રાક્ષસ અથવા ( અમુર-ર ) જીવનની વિદ્યા જાણનારા અને તે વિદ્યાનો પ્રકાશ કરનારા, ' છે. એટલે 'અમુર-માયા' નો અર્થ 'અસુરો પાસેનું કળાકૌશલ્ય, હુનર અથવા જીવનનું સાધન પ્રાપ્ત કરવાની વિદ્યા' છે. આ અમુરમાયા પેત્રપોતાની જુદી જુદી રીતની દેવોની પાસે પણ હોય છે અને દેવોની પાસે પણ હોય છે. દેવો સંપૂર્ણ પ્રકારની આ વિદ્યા પ્રાપ્ત કરી પોતાની ઉન્નતિ અને શ્રેષ્ઠત્વ પ્રાપ્ત કરે છે, તે વિષે કહ્યું છે—



અમરમાયવા દેવા દ્ય યયસ્વયઃ સ્વરણ । ( મં. ૪ )

‘ આ જીવનની વિદ્યાથી જેમ દેવો આવે છે, તેમ તમે પણ વશસ્ત્રી અને પ્રથ્વસીત થઇ આવો, ’ દેવો જેમ આ જીવન વિદ્યાથી વશસ્ત્રી થાય છે, તેમ તમે પણ થાઓ. આ એવા મંત્રનું કથન મનુષ્યોને પુરુષાચંના માર્ગે સલાવવા માટે છે. જે મનુષ્યો આ માર્ગથી આવશે તે દેવોની જેમ પૂજનીય બનશે અને યજ્ઞના બાગીચાર થશે.

### રોહિત વિધ્નો

આ પૃથ્વી પર વિધો તો સૈંકડો છે. બ્રહ્મા, સમાજ, જાતિ અને રાષ્ટ્રની ઉત્તિમાં મેંકડો પ્રકારના વિધો હોય છે. જે કંઈ પુરુષાચં કરવાનું કામ ચાલુ હોય તેમાં વિધ તો અવશ્ય આવશે જ, પણ તેથી ઈચ્છું નહિ. આ વિધોના વિષે કહ્યું છે—

एक शतं विष्कन्धानि विद्विता पृथिवीमनु । ( મં. ૬ )

‘ સૈંકડો વિધો પૃથ્વી ઉપર છે. ’ જ્યારે આ વિધન છે અને દરેક કાર્યમાં તે રહેશે જ ત્યારે તેથી ઈચ્છાની કોઈ જરૂરી નહિ, આ વિધોને પ્રતિજ્ઞ કરી આગળ વધવું જોઈએ. આગળ વધવા માટે પોતાનો વેગ વધારવો જોઈએ—

માદાચો રથા દ્ય હાપયેમિઃ સ્વ સરિયયઃ । ( મં. ૫ )

‘ વેગથી જનારો રથ જેમ જલદી આગળ વધે છે, તે પ્રકારે પુરુષાચં પ્રયત્ન કરતાથી તમે પણ વિધોને પાછળ થૂંકી આગળ વધો. ’ પોતાનો વેગ વધારવાથી વિધો પાછળ હટે છે, પણ ને પોતાનો વેગ ઓછો કરે છે તે વિધોથી ગતિ થાય છે. તેથી પોતાની પુરુષાચં સક્રિય વધારવાથી મનુષ્ય વિધોનો પરાજય કરી વિજયનો માર્ગ સુધારી શકે છે. તે વિષે ઉદાહરણ જુઓ—

શુનાં દુષણઃ કષિઃ દ્ય । ( મં. ૪ )

‘ કુતરાનો તિરસ્કાર કરનારો વાદરો જેમ હોય છે. ’ વાદરો જ્યોત્સ્ને પર રહે છે માટે તે કુતરાઓની પર્તી કરતા નથી. તે કુતરાઓને ટુટક સમને છે, કારણ કે કુતરા કરતા તે ઘણી હિંમતી જગ્યાએ રહે છે, તેથી કુતરાઓ વાદરાઓને કોઈ વિધન કરી શકતા નથી. તે જ પ્રકારે જે સ્થાનમાં વિધન હોય છે તે સ્થાન છોડી તેથી હિંમત રાખી રહેવાથી વિધન કષ્ટ આપી શકતા નથી. જેમ વાદરો જ્યોત્સ્ને ઉપર રહેવાના કારણે કુતરાની

પીડાથી બચી રહે છે. તે જ પ્રકારે દરએક વિધનથી મનુષ્ય પોને પોતાને બચાવે વિધનનું જે સ્થાન હશે તેથી પોતાનું સ્થાન હિંમત કરવાથી મનુષ્ય તે વિધોથી દબેશા દૂર રહી શકે છે. આ વિજયના સૂચક મંત્રો નીચે પ્રમાણે છે—

અયસ્યં શુભં કાવચં યદ્ધિ કૃણવન્તુ ચન્ધુરા । ( મં. ૭ )

કાવચસ્ય ધ્વ યન્ધુરા । ( મં. ૪ )

કાવચં દુષ્ટવિધ્યામિ । ( મં. ૫ )

‘ વિધોને પ્રતિજ્ઞ કરનારા લોક પ્રસિદ્ધ શૈવક વિનાયક નમ્બકરે, વિધનો પ્રતિજ્ઞ કરે, ટું વિધનો પરાજય કરીય. ’

આ બધા વિધાન વિધોને પ્રતિજ્ઞ કરવાના સૂચક છે. વિધોનો પરાજય કરવો અથવા અથવા વિધોને દૂર કરવું એ મનુષ્યનું ધ્યેય છે અને તેના ઉપાય આ પહેલાં કર્યા છે. શારીરિક બાધિઓથી પોતે પોતાનો બચાવ કરવા માટે મજી ધારણીને ઉપાય આ પહેલાં કેટલાક સૂક્તોમાં કહેલો છે આ પ્રકારના મજી ધારણ કરવાથી રોગનો પ્રતિજ્ઞ થઇ જાય છે, માટે મજી ધારણી સચવા આવવા માટે આ સૂક્તોમાં નીચે જુઓ. મંત્ર છે—

વિશક્ષે સ્ત્રે સ્વર્ગલં તવા યન્નગિત વેદસઃ । ( મં. ૭ )

દુષ્ટે દિ સ્વા અરધ્યામિ । ( મં. ૫ )

તેપાંત્યામદ્મ ઉક્ષાહર્મગે વિસ્કન્ધ-દુષણમ્ ॥ ( મં. ૬ )

‘ જુરો રંગના સૂતમાં યાત્રી લોક આ મજીને માંધે છે. કુવરચા દૂર કરવા તને બાધીશ. મજીને વિધોને નમના બનાવનાર બધાથી મુખ્ય ઉપાય સમજી ઉપર ઉદ્ધારીએ અને ધારણ કરીએ જાઓ. ’

આ મંત્ર બાગથી રચાયેલ છે કે અક્ષિતા શારીરિક રોગરૂપી બાધિઓથી બચાવવા માટે આ મજીધારણ એક સારો ઉપાય છે. સામાજિક અને રાષ્ટ્રીય વિધોને દૂર કરવા માટે વિજયકૃતિની કલ્પનાનો પ્રસાર કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય મુખ્ય મજીય છે. તેમજ બીજા બધા જ વિધોને દટાવવા માટે પરિયત્ન કરવા એટલે પુરુષાચં કરવાની સક્રિય મનુષ્યમાં પુરતી છે. આ ચક્રનું સારું મનન વાચક કરશે તો, તેમને પોતાની ઉચ્ચવિધો માર્ગે વિધનરહિત કરવાનો ઉપાય નિર્ધારણ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે.

# આરોગ્ય સૂક્ત

કાંડ ૨, સૂક્ત ૩

(શ્રુતિ - ઓંઘિરાઃ । દેવતાઃ મૈષજ્યં, આયુઃ, ધન્વતરિઃ ।)

અદો યદવધાવત્યવત્કમધિ પર્વતાત્ । તત્તૈ કૃણોમિ મેપજં સુમેપજં યથાસંસિ	॥ ૧ ॥
આદુઙ્ગા કુવિદુઙ્ગા શતં યા મેપજાનિં તે । તેષાંમસિ ત્વમ્મૃત્તમર્મનાસ્રાવમરોગણમ્	॥ ૨ ॥
નીચૈઃ સ્વનન્ત્યસુરા અરુસ્રાણમિદં મહત્ । તદાસ્રાવસ્ય મેપજં તદુ રોગમનીનશત્	॥ ૩ ॥
ઉપજીકા ઉદ્ગરન્તિ સમુદ્રાદર્ધિ મેપજમ્ । તદાસ્રાવસ્ય મેપજં તદુ રોગમશીશમત્	॥ ૪ ॥
અરુસ્રાણમિદં મહત્પૃથિવ્યા અસ્યુદ્ધૃતમ્ । તદાસ્રાવસ્ય મેપજં તદુ રોગમનીનશત્	॥ ૫ ॥
શં નોં મવન્ત્વપ ઓપધયાઃ શિવાઃ ।	
હન્દ્રસ્ય વજ્રો અપં હન્તુ રક્ષસં આરાદ્ધિસૃષ્ટા હ્યંવાઃ પતન્તુ રક્ષસામ્	॥ ૬ ॥

અર્થ— (અદ. વત્) તે જે (અધવ-કં) રક્ષક છે અને જે (પર્વતાત્ અધિ અવધાવતિ) પર્વત ઉપરથી નીચેની તરફ દોડે છે, (તત્ તે) તે તારા માટે એવું (મેપજં કૃણોમિ) ઔપધ બનાવું છું (યથા સુમેપજં અસંસિ) જેથી તારું ઉત્તમ ઔપધ બની નીચ. [૧]

હે (અંગ અંગ) પ્રિય! (આત્ કુવિત્) હવે ધણી પ્રકારથી (યા તે) જે તારાથી ઉત્પન્ન થનારી (શત મિપજાનિ) સે કંઈ દવાઓ છે, (તૈષાં) તેમાંથી (ત્વં અનાસ્રાવં) તું બાને દૂર કરનારી અને (અ-રોગણં) રોગને દૂર કરનારી (ઉત્તમં અસિ) સારો દવા છે. [૨]

(અસુ-રાઃ) પ્રાણને બચાવનાર વૈદ્ય (હવં મહન્ અરુસ્ર-ક્ષાણં) આ મોટા મધુને પકાવી ભરી દેનારી દવાને (નીચૈઃ સ્વનન્તિ) નીચેથી ઓડીએ ઓડીએ (તત્ આસ્રાવસ્ય મેપજં) તે ધાની દવા છે, (તત્ રોગં અનીનશત્) તે રોગને નાશ કરે છે. [૩]

(ઉપજીકાઃ) પાણીમાં કામ કરનારા (સમુદ્રાત્ અધિ) દરિયામાંથી (મેપજં ઉદ્ગરન્તિ) દવા ઉપર કાઢી લાવે છે, (તત્ આસ્રાવસ્ય મેપજં) તે ધાની દવા છે, (તત્ રોગં અશીશમત્) તે રોગનું શમન કરે છે [૪]

(હવં અરુસ્ર-ક્ષાણં) આ દોડાને પાકા બનાવી બા ભરી દેનારી (મહત્) મહાન ઔપધિ (પૃથિવ્યાઃ અધિ ઉદ્ધૃતં) જમીનની ઉપરથી કાઢી લાવ્યા છે. (તત્ આસ્રાવસ્ય મેપજં) તે ધાની દવા છે, (તત્ રોગં) તે (રોગં અનીનશત્) રોગને નાશ કરે છે. [૫]

(આપઃ) પાણી અને (ઓપધયાઃ) ઔપધિઓ (નાઃ) અમારા માટે (શિવાઃ) શં મવન્તુ) શુભ અને શાંતિદાયક થાય (હન્દ્રસ્ય વજ્રઃ) હન્દ્રનું શસ્ત્ર (રક્ષસઃ અપહન્તુ) રાક્ષસોનું દનન કરે તેમજ (રક્ષસાં વિસૃષ્ટાઃ) હ્યંવાઃ રાક્ષસો દ્વારા ઓડાએલા પાણુ અમારાથી (આરાત્ પતન્તુ) દૂર નીકળે પડે. [૬]

ભાવાર્થ— એક ઔપધિ પર્વત ઉપરથી નીચે લાવવામાં આવે છે તેથી આરામાં સારી દવા બને છે. (૧)  
તે વડે તે ઘણી દવાઓ બનાવવામાં આવે છે પણ બાને દૂરથવા એટલે રક્ષસોને ઠીક કરવાના કામમાં આ ઔપધિ ઘણી ઉપયોગી છે. (૨)

પ્રાણને બચાવનારા વૈદ્યો તે દવા જોઈ જોઈને લઈ આવે છે, તે વડે બા ઠીક કરવાની દવા બનાવે છે, જેથી રોગ દૂર થઈ નીચ. (૩)

પાણીમાં કામ કરનારો પણ પાણીમાંથી એક દવા ઉપર લાવે છે તે પણ બાને ઠીક કરી દે છે અને રોગને શાંત કરે છે. (૪)

આ પૃથ્વી ઉપરથી લાવેલી દવા પણ દોડાઓને ઠીક કરે છે, બાને જામ ભરી દે છે અને રોગને નાશ કરે છે. (૫)  
પાણી અને ઔપધિઓ અમારા માટે આવશ્યક આપનારી થાય અમારા શત્રુઓના શસ્ત્ર શત્રુઓને નસાડી દે અને શત્રુઓ વડે અમારી ઉપર દોડાએલાં શસ્ત્રો અમારા બાધથી દૂર નીકળે પડે. (૬)

## ઔષધિ

આ સૂત્રનો ( સમ્પ્રકર ) શબ્દ ' પ્રાજ્ઞરશક ' વેદનો વાચક છે, ગદાસવાચક નથી.

પરંતુના ઉપરથી, સમુદના અંદરથી તેમજ પૃથ્વીની ઉપરથી અનેક ઔષધિઓ લાવવામાં આવે છે અને તે વડે સેંકડો દાઓ બનાવવામાં આવે છે, આ ઔષધિથી મનુષ્યોના ધર્મ, વજન તેમ જીવન રોગ દૂર થઈ તેમને આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. પાણી અને ઔષધિઓથી આ પ્રકારે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાથી માનુસનું કલ્યાણ થઈ શકે છે.

આ સૂત્રમાં જે કોઈ ખાસ દવાનું વર્ણન હોય તે તે અમારા જ્ઞાનમાં આવેલું નથી. સ્વરિષ્ટ વેદ આ સૂત્રનો વિરોધ વિચાર કરે દાલ તો અમને આ સૂત્રમાં સામાન્ય વર્ણન જણાય છે.

## શસ્ત્રોનો ઉપયોગ

દાત્રિયોના શસ્ત્રો સમુદનો ઉપર પડે એટલે આપસમાં લડાઈ ન થાય, આ અંતિમ મંત્ર આપસમાં એકતા રાખવા માટે મહત્વપૂર્ણ ઉપદેશ આપે છે, તે જ્ઞાનમાં રાખવા લાયક છે.

આ સૂત્રના છઠ્ઠા મંત્રમાં ' અમારા શર પુરુષોનું શસ્ત્ર સનુ ઉપર પડે, પરંતુ સનુના શસ્ત્રો અમારા સુખી ન પહેાવે ' એમ કહ્યું છે, તેથી અનુમાન થાય છે કે આ સૂત્ર ખાસ કરી રક્તસ્રાવને દૂર કરવા માટે છે કે જે રક્તસ્રાવ યુદ્ધમાં શસ્ત્રોના આઘાતથી થાય છે. યુદ્ધ કરતી વેળા જે જીવનને રક્તસ્રાવ થાય છે, તેમાં આ યવથી તથા યુદ્ધમાં યરના થા થવાથી જે જન્મ વગેરે થાય છે તેથી રક્તસ્રાવ થાય છે, તેમજ સોનું થાય છે તથા ફેફસા પશુ થાય છે, આ પ્રકારના કષ્ટોથી બચવાના ઉપાય બતાવવા આ સૂત્ર છે. પશુ એવી પીડા દૂર કરવા માટે કપા ઉપાયે કરવા અથવા કષ્ટસુક્રિયથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવું વગેરે ધાનોની મદિતી આ સૂત્રથી મળતી નથી. માટે આ અને આ સૂત્રનો વધુ વિચાર કરવા અસમર્થ છીએ.

## આરોગ્ય સૂક્ત

કંડિ ૧, સૂક્ત ૩

( જલિ - અર્વાર્ક - દેવતા - મન્વેદ્યા નાના દેવતા )

વિશ્વા શરસ્વે પિતરં પર્જન્યં શતશૃણ્યમ્ ।

તેનાં તે તન્વેષ્ટે શં કરં પ્રથિવ્યાં તેં નિપેર્વનં વહિર્દે અસ્તુ વાલિર્તિ

॥ ૧ ॥

વિશ્વા શરસ્વે પિતરં મિત્રં શતશૃણ્યમ્ ।

તેનાં તે તન્વેષ્ટે શં કરં પ્રથિવ્યાં તેં નિપેર્વનં વહિર્દે અસ્તુ વાલિર્તિ

॥ ૨ ॥

વિશ્વા શરસ્વે પિતરં વર્ણં શતશૃણ્યમ્ ।

તેનાં તે તન્વેષ્ટે શં કરં પ્રથિવ્યાં તેં નિપેર્વનં વહિર્દે અસ્તુ વાલિર્તિ

॥ ૩ ॥

વિશ્વા શરસ્વે પિતરં ચન્દ્રં શતશૃણ્યમ્

તેનાં તે તન્વેષ્ટે શં કરં પ્રથિવ્યાં તેં નિપેર્વનં વહિર્દે અસ્તુ વાલિર્તિ

॥ ૪ ॥

અર્થ—( વિશ્વા ) અમને ખબર છે કે સરોવર પિતા ( શત-શૃણ્ય ) સે કંડા બળોથી યુદ્ધ પર્જન્ય, ...મિત્ર, ...વર્ણ, ...ચન્દ્ર, ...સરજ ( આ પાંચ ) છે. ( ભગ ) આ પાંચના ધીરોથી ( તે તન્વે ) તારા સરીરના માટે ( શં કરં ) આરોગ્ય

લાવાય—પાસ નજીકથી મનુષ્ય પર્જન બહારની માતા વહિ અને વિશ્વ પર્જન્ય, મિત્ર, વર્ણ, ચન્દ્ર, શરજ આ પાંચ

વિદ્યા શરસ્ય પિતરં દય્યં શતવૃષ્ણમ્ ।

તેનાં તે તન્વેકે શં કરં પૃથિવ્યાં તેં નિપેત્તનં બ્રહ્મિયં અસ્તુ ચાલિતિ

॥ ૫ ॥

## મૂત્રદોષ—નિવારણ

યદાન્ત્રેપું ગવીન્યોર્યદ્દસ્તાવધિ સંશ્રુતમ્ । એવા તે મૂત્રં મુચ્યતાં બ્રહ્મર્વાલિતિ સર્વકમ્

॥ ૬ ॥

પ્ર તેં મિનચિ મેહનં વર્ત્તે વેશન્ત્યા ફ્વ । એવા તે મૂત્રં મુચ્યતાં બ્રહ્મર્વાલિતિ સર્વકમ્

॥ ૭ ॥

વિપિતં તે વસ્તિવિલં સંમુદ્રસ્યોદુધંરિવ । એવા તે મૂત્રં મુચ્યતાં બ્રહ્મર્વાલિતિ સર્વકમ્

॥ ૮ ॥

યથેપુકા પુરાપેતુદર્વસુટાધિ ઘન્વનઃ । એવા તે મૂત્રં મુચ્યતાં બ્રહ્મર્વાલિતિ સર્વકમ્

॥ ૯ ॥

ક૩. ( પૃથિવ્યાં ) પૃથ્વીની અંદર ( તેં નિપેત્તનમ્ ) તાજે સિંચન થાય અને બધા દોષ ( તે ) તારા શરીરથી ( ચાલ્લિતિ ) બહારી ( બહિઃ ) બહાર થઇ જાય. [ ૧-૫ ]

( યત્ ) ને ( જાત્રેપુ ) આંતરગ્રામાં ( ગવીન્યોઃ ) મૂત્રનાડીઓમાં તથા ને ( વસ્તો ) મૂત્રાક્રમમાં મૂત્ર ( સંશ્રુતં ) એકત્રિત થયું છે, તે તાજે મૂત્ર ( સર્વકં ) બધું જ એકદમ બહાર ( મુચ્યતામ્ ) નિકળી જાય. [ ૬ ] ( વેશન્ત્યાઃ ) ઝાલના પાણીનાં ( વર્ત્તે ) બાંધને ( ફ્વ ) ને પ્રકારે ખોલી નાખવામાં આવે છે, તે મુજબ તારા ( વેદનં ) મૂત્રદારને ( પ્ર મિનચિ ) ઠું ખોડું હું... [ ૭ ] સમુદ્રના અથવા ( લઘ્વઃ ) મોટા તળાવના પાણીના માટે રરતો પ્રયત્ન કરના જેમ ( વસ્તિ-વિલં ) તારા મૂત્રાશયના ભાગે મેં ( વિપિતં ) ખોલ્યો છે..., [ ૮ ] ને પ્રકારે ધતુપૃથી છુટેમો ( રુપુકા ) તીર ( પરા એપતન્ ) દૂર જાય છે, તે પ્રકારે તાજે બધું મૂત્ર બહારી બહાર નીકળી જાય [ ૯ ]

છ. તેઓમાં અનંત શક્તિ છે. તેમની શક્તિને થોડા ઉપયોગ કરવાથી મનુષ્ય શરીરમાં આરોગ્ય સ્થિર રહી શકે છે, મનુષ્યનું જીવન દીર્ઘ બની શકે છે અને તેના શરીરમાંથી બધા દોષો બહાર થઇ જાય છે ( ૧-૫ )

તળાવ વગેરેમાંથી ને પ્રકારે નહેર કાઢવામાં આવે છે જેથી તળાવનું પાણી સુખથી બહાર જાય છે, તે પ્રકારે મૂત્રાશયથી મૂત્ર મૂત્રનાડીઓ દ્વારા મૂત્રેન્દ્રિયથી બહાર નિકળી જાય. ( ૬-૯ )

## આરોગ્ય સૂક્ત

### આરોગ્યનું સાધન

પાંચ મંત્રો મળી આ એકજ ગુહ્યમંત્ર છે અને એમાં મનુષ્યાદિ પ્રાણીઓ તેમજ વૃક્ષવનસ્પતિઓના આરોગ્ય માટે મુખ્ય સાધનો આપ્યાં છે. 'શર' શબ્દ ધાસવાત્યક હોવા છતાં અહીં સામાન્ય અર્થ કરતાં ઉપલક્ષણી છે અને ધાસથી માંડી મનુષ્ય સુધી સંદિનો આશય તેમાં છે. વિશેષ અર્થમાં 'શર' સંયત વનસ્પતિના ગુણધર્મ જતાવ્યા છે, આ વાત ૨૫૯ જ છે.

આ મંત્રોમાં 'પાંચ' પિતા કહ્યા છે. 'પિતા' શબ્દ પાતા એટલે સંરક્ષણ, સંરક્ષણ કરનારો આ અર્થમાં અહીં યોગ્યએયો છે. તૃણાદિથી માંડી માનવસૃષ્ટિ સુધી બધાનું સંરક્ષણ કરવાનું કાર્ય તેમનું જ છે. આ પાંચ બધી સંદિનું રક્ષણ કરી જ રહ્યા છે. જુઓ—

૧ પર્જન્ય-વરસાદ વડે પાણી વરસાવી બધાનું રક્ષણ કરે છે.

૨ મિત્ર-પ્રાણવાયુ છે અને આ વાયુથી જ બધા જીવતા રહે છે.

ક વસ્તુ - જાળી દેના છે અને તે વસ્તુ જાણુ જીવન કહેાય છે.

૪ ચંદ્ર - ઔપધિઓને અધિરાત્રિ છે અને ઔપધિઓ પાછનેજ મનુષ્ય પશુપક્ષી જીવના રહે છે.

૫ સુરજ - બધાનો જીવનકાળ પ્રસિદ્ધ છે. સુરજ ન રહે તો બધું જીવન નહીં જાય જાય છે.

આ પાંચેની વિરિધ કક્ષિતઓ અમારા જીવન માટે સદાપથક થાય છે. તેથી તે પાંચે અમારા સંરક્ષક છે અને સંરક્ષક હોવાથી અમારા વિનરધાનીય છે. તેમનાથી આરોગ્ય ક્યા પ્રકારે પ્રાપ્ત કરી શકાય ? આ પ્રશ્ન ધણે જનને અને ધણી રીતની અવેક્ષા રાખે છે. પણ દુઃખી બંદી તે વિધિની સૂચના અપાય છે. વાચકોએ તેના વિચાર કરી બાજ ઉઠાવવો.

### પ્રજન્યથી આરોગ્ય

પ્રજન્યથી શુદ્ધ પાણી જે રવાની વગેરે નક્ષત્ર ઉપર પ્રાપ્ત કરી શકાય છે તે ધણું આરોગ્યકારક હોય છે. દિવસે પૂર્ણસંધન કરી ને એનું પાન કરવામાં આવે તો સ્ત્રીના સંપૂર્ણ દોષ દૂર થઈ જાય છે અને પૂર્ણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. વરસાદના પાણીના રનાનથી સ્ત્રીને રાત્રી પરાજન્યે વગેરે આમનીના રાંધે મટી જાય છે. અંતરિક્ષમાં શુદ્ધ માથુ બરેલો છે તે જલિના જલમિત્રિફળો સાથે પૃથ્વી ઉપર આવે છે. તેથી જલિજનનું રનાન આરોગ્યવર્ધક છે

### [મત્ર ( પ્રાણ ) વાયુથી આરોગ્ય

પ્રાણાયામથી યોગસાધનમાં આરોગ્ય રક્ષણના જે ઉપાયો વધુન ક્યા છે, તે બધાં જોવા. જને નાકની નસકોરી, નેત્રિ, બચ્ચા અથવા પાણીની નેત્રિથી સ્વચ્છ અને મજાદિત રાખવાથી પ્રાણવાયુ અંદર જઈને હિતમ પવિત્રતા સ્થાપન કરે છે. મુદ્ધા પવનમાં બધાં કપાં છતારી રહેવાથી ચનાર વાયુરનાન ધણું આરોગ્યવર્ધક હોય છે જે દબેલા વસ્ત્રક્રિત રહે છે તેમને રાત્રી ધણું જ ઓછા થાય છે તેનું કારણ આ જ છે. વરનો વધવાથી રોગ વધે છે તેનું કારણ એટલું જ કે વસ્ત્રના કારણે પ્રાણવાયુનો સંબંધ સ્ત્રીર સાથે જોવા દોષો જોઈએ તેવા હોતો નથી. તે કારણે આરોગ્ય ઓછું થાય છે.

### વરણ ( પાણી ) દેવથી આરોગ્ય

વરણ મુખ્યતઃ સચુદનો દેવ સમુદના આરા પાણીના

રનાનથી આમનીના બધા રોગ દૂર થાય છે. રૂધિરજિસરણ હિતમ થાય છે, પચનશક્તિ વધે છે અને અનેક પ્રાર્થથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. બીજું પાણી જેટલે તજાવ, કુવા, નદી વગેરેના પાણીના રનાનથી, તેમાં સ્ત્રી રીને તરવાથી પણ કેટલાક રોગ દૂર થઈ જાય છે. આ જળમિત્રિસાધી વિધિ છે તે વાચકોએ મટી અનુસંધાનથી જોવું આ ધણો વિસ્તૃત વિષય છે, કારણ કે લગભગ બધાજ રોગ જળમિત્રિસાધી દૂર થઈ શકે છે.

### ચંદ્ર ( રોમ ) દેવથી આરોગ્ય

ચંદ્ર ઔપધિઓને રાત્રિ છે. તેનું બીજું નામ રોમ છે. રોમ વગેરે વનરપનિથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું સાધન ચરક વગેરે આચાર્યોએ પોતાના વેદકથામાં લખ્યું છે, તે સાધનોનું બીજું નામ ' વેવક ' છે.

### સૂર્યદેવથી આરોગ્ય

સૂર્ય પરિવ્રત કરનારો છે. સૂર્યના કિરણોથી જીવનનું તરવળપે જ પ્રસારે છે. સૂર્યના કિરણોનું રનાન ઉષ્ણ કરીરથી કરવાથી એટલે તકા પોતાનું સ્ત્રીર તજાવવાથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. સૂર્ય-કિરણોથી મિત્રિસા કરવાનું પણ એક મોટું બારે શાસ્ત્ર છે

### પૃથ્વી પિતા

આ પાંચ દેવો અનેક પ્રકારેથી મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, રક્ષ, વનરપતિ વગેરેનું આરોગ્ય સાધન કરે છે. રક્ષવનરપતિ અને આત્મવક પશુ ઉપર કહેલા પંચપાદ પિત્રો એટલે છે. પાંચે દેવોની સાથે-પાંચ પિતાઓની સાથે-પાંચ રક્ષોની સાથે દબેલા રહે છે. તેથી દબેલા આરોગ્યસંપન્ન રહે નામરિક પશુ-પક્ષી મનુષ્યના કૃત્રિમ બનીવટી જીવનથી સંબંધિત હોવાના કારણે રોગોથી તથા પ્રસ્ત રહે છે. જન્મશોભિક ધણુ બાને સાદાથી રહેવાના કારણે વધારે નિરાશી હોય છે, પશુ નામરિક મોઢાં જે દબેલા સાકામકાનેમાં રહે છે, તંબ કપાં પહેરે છે અને જળ, વાયુ, તેમજ સૂર્યનો પ્રમાણ વગેરેથી પોતે પોતાને દૂર રાખે છે એટલે પોતાના પંચપિતાઓથી દૂર રહે છે તે વચાસમાં વધારે રોગી અને દરરોજ આ તંબોઓથી પીડિત નામરિક મોઢાંમાં જુદા જુદા રોગ વધી રવા છે અને અસ્વાસ્થ્યથી તે દબેલા કુટમ્બો રહે છે.

તેથી વેદ કહે ॥ ૩ પન્-મ, મિત્ર ( પ્રાણ ) વાયુ, પાણી ( વરુણ ), યંદ્ર અને સૂરજ આ પાંચ દેવોને આપણા પિતા એટલે આપણા સંરક્ષક સમજવા અને—

તેના તે તન્યે શં કરમ્ ।

‘ આ પાંચ દેવોના વિવિધ બળોથી પોતાના શરીરનું આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરો. ’ અથવા ‘ હું ઉપર કહેલા દેવોની શક્તિઓથી તારા શરીરનું આરોગ્ય કરું છું. ’ આશય તેમની પાસેથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. આરોગ્યનું મુખ્ય સ્તંભ આ મંત્રોમાં રપટ્ટ આવી ગયું છે. વાયકો તેનો વિચાર કરે અને આ નિસર્ગ નિયમોનું પાલન કરી પોતાના માટે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરે.

### પૃથ્વીમાં જીવન

પૃથ્વીમાં પ્રાણિમાત્રનું સામાન્યતા અને મનુષ્યનું ઉચ્ચ જીવન વિશેષતા ઉક્ત પાંચ શક્તિઓ ઉપર આધારિત છે. મંત્રમંત્રો ‘ નિપેક્ષન ’ સ્ખંદ ‘ જીવનરૂપ જળી ’ નો સૂચક છે. માટે—

તે પૃથિવ્યાં નિપેક્ષનમ્ ।

આ મંત્રભાગનો આશય ‘ તારું પૃથ્વીમાં જીવન ’ પ્રથમ કહેલાં પાંચ દેવતાઓએ જોડે સંબંધિત છે તે રપટ્ટ છે. જે શરીરનું આરોગ્ય, શરીરનું કલ્યાણ કરનારા છે તેજ ખાતરીથી જીવન અથવા દીર્ઘજીવન આપનારા છે. તેમની મારફતે જ—

તે વાલ્ઃ દત્તિ વહ્નિઃ વસ્તુ ।

‘ તારા શરીરના દોષ જલ્દી બહાર નિકળી જાય. ’ પ્રથમ કહેલાં દેવોની જોડના યોગ્ય સંબંધના કારણે બધા શરીરના દોષ શરીરની બહાર નિકળી જાય છે. ભુઓ—

( ૧ ) શ્વેદજલ-પાન-પૂર્વક લંબન કરવાથી મૂત્ર દ્વારા શરીર દોષ બહાર જાય છે

( ૨ ) શુદ્ધ પ્રાણો શરીરમાં જવાથી રક્તશુદ્ધિ થાય છે અને ઉચ્છ્વાસ વડે દોષો દૂર થાય છે.

( ૩ ) જળચિકિત્સા વડે દરેક અવયવના દોષ દૂર થઈ જાય છે.

( ૪ ) સોમ વગેરે ઔષધિઓનું ઔષધિ નામ એટલા માટે ॥ ૩ તે શરીરના ( દ્વોષ-ઘ્ની ) દોષ ધોષ નાંખે છે.

( ૫ ) સૂરજકિરણો પરસેવો છાવી તેમજ બીજી રીતે શરીરના રોગબીજ દૂર કરે છે.

‘ આ રીતે વાયકોએ અનુભવ કરવો કે આ પાંચ દેવો કયા પ્રકારે શરીરનું ( જાં કરું ) કલ્યાણ કરે છે. આરોગ્ય આપે છે, ( નિપેક્ષન ) જીવન વધારે છે અને ( વહ્નિઃ ) દોષોને બહાર કાઢી મૂકે છે.

‘ જાં ’ શબ્દ શક્તિનો સૂચક છે, શરીરમાં ‘ શક્તિ સમતા સુખ ’ વગેરેની સ્થાપના કરવી આરોગ્યનો આવ ખતાવે છે. આ દેવો ‘ જાં ’ કરનારા છે, તેનું તાત્પર્ય એજ છે કે આ આરોગ્ય વધારનારા છે. આરોગ્ય વધવાના કારણે જીવન વધારનારા એટલે દીર્ઘજીવન આપનારા છે અને હમેશા દોષોને જલ્દી બહાર કાઢનારા છે. વાયકો આ મંત્રના અનન્ય પોતાના આરોગ્યના મુખ્ય સિદ્ધાન્તનું સ્તંભ રપટ્ટપણે પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આ પ્રકારે આરોગ્યના મુખ્ય સાધનો સામાન્ય ઉપદેશ કરી મૂત્રદોષ નિવારણનો વિશેષ ઉપાય ખતાવે છે.

### મૂત્રદોષ-નિવારણ

મૂત્ર મૂલ્કેશી રીતે બહાર જવાથી શરીરના ધણા દોષ દૂર થઈ જાય છે. શરીરનું બધું ઝેર જાણે આ મૂત્રમાં ભેગું થાય છે અને તે મૂત્ર બહાર જવાથી ઝેર પણ તેની સાથે બહાર જાય છે અને આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. માટે કેમ રોગીનું મૂત્ર અંદર રોકાઈ જવાથી મૂત્રનું ઝેર શરીરમાં પ્રસરે છે અને રોગી જલ્દી મરી જાય છે, તે કારણે આરોગ્યના માટે મૂત્રનો નિકાલ નિયમપૂર્વક થવો અત્યંત જરૂરી છે. જો તે મૂત્ર મૂત્રાશયમાં રોકાઈ જાય તો નલિકાને ખોલી મૂત્રનો માર્ગ ખુલ્લો કરવો જોઈએ. તે કામ માટે શર અથવા મૂળ ઔષધિનો પ્રયોગ ધણો સહાયક છે. વેદોએ તેનો ઉપયોગ કરવો, બીજો ઉપાય મૂત્રદાર ખોલવાનો છે. તે માટે લોખંડની સળી, બસ્તિયત્ર ( Catheter ) નો પ્રયોગ કરવાની સૂચના આ સૂક્તમાં ઉપમા વડે આપેલી જણાય છે. આ મૂત્રાશયમંત્ર, સોનું, ચાંદી અથવા લોખંડનું બનાવવામાં આવે છે. તે ઝીણી નળી સૂઈમાં ગોલ હોય છે. હાલમાં રમર મગેરે બીજા પદાર્થોની પણ બનાવેલી મળે છે. હાલ આ મંત્ર દરેક રોકડરની પાસે વાયકોને મેવા મળે. તે મૂત્ર ઇન્દ્રિયથી મૂત્રાશયમાં સારી રીતે નાંખવામાં આવે છે, તે ત્યાં પહોંચ્યા જ રોકાએલ મૂત્ર તેની અંદરની નળીથી બહાર આવેલી જાય છે.

યોગીએ તેની સહાયતાથી વળેલી જેવી દિવાઓ સાધ્ય કરે છે. મૂત્રદાર વડે દૂધ અથવા પાણી મૂત્રાશયની અંદર ખેંચવાનું અને તે વડે મૂત્રાશયને સાફ કરવાનું સામ્ય તેઓ

પોતાનામાં વધારે છે. તેનો અભ્યાસ વધારવાથી કેવળ મૂંઝાસ ઉપર કાણ રહે છે એટલું જ નહિ પણ સંપૂર્ણ વીર્યનાશિઓ સાથે સંપૂર્ણ ધીર્વશિષ્ય ઉપર પણ પ્રભુત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. શીખરેલા જનનાની સિદ્ધિ તેના યોગ્ય અભ્યાસથી પ્રાપ્ત થાય છે. મોગીઓ એવો અભ્યાસ અત્યંત યુગ રાખે છે અને યોગ્ય પરીક્ષા થયા પછી જ તે અભ્યાસ શિખરે શિખરે છે. આ અભ્યાસથી પૂર્ણ 'ધર્મયજ્ઞ' રાખવું સાધ્ય થાય છે. ગૃહસ્થધર્મ પાલન કરીને પણ પૂર્ણ 'ધર્મયજ્ઞ' પાલન થવાનો સભવ આ અભ્યાસ પડે થઈ શકે છે.

જે પ્રકારે તળાવ અથવા કુવાની અંદરથી પહેલાંનું પાણી કાઢવાથી તે સ્વચ્છ થાય છે અને શુદ્ધ નવું પાણી તેમાં આવવાથી તેનો વધારામાં વધારે લાભ થઈ શકે છે, તે પ્રકારે મૂંઝાસનું પ્રથમ કલા મુજબ યોગ્ય સાધનો વડે બળ વધારવાથી જ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

સામાન્ય મનુષ્ય માટે મુજબ ઔષધિથી અથવા મૂંઝાસથી મૂંઝાસરિત્યંત્રનો પ્રયોગ કરવાથી લાભ થાય છે. યોગીઓને વજીરોથી વગેરે અભ્યાસથી મૂંઝાસનની બંધી નસનાડીઓ બળવાન અને શુદ્ધ કરવાથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે.

### પૂર્વધર સંબંધ

પહેલા કાંડના બીજ સૂકતમાં આરોગ્ય સાધનનો વિષય આવ્યો છે. તે આરોગ્ય પ્રાપ્તિનો વિસ્તૃત નિયમ આ ત્રીજ સૂકતના પહેલા પાંચ મંત્રના બહુમાં કહ્યો છે બધા આરોગ્યનો ખતો તે મૂળમંત્ર છે. દરેક અવરથમાં સહેલાઈથી આરોગ્ય સાધન કરવાનો ઉપાય આ બહુમંત્રમાં વર્ણન કર્યો છે. આ તૃતીય સૂકતના છેલ્લા મંત્રમાં, મૂંઝાસના દોષ દૂર કરવાનું સાધન બતાવ્યું છે.

આ સૂકતમાં 'શત-લૂપ્થય' શબ્દ અત્યંત મહત્વ-પૂર્ણ છે. 'લૂપ્થય' શબ્દ બળ, એજ, તેજ, વીર્ય, શિત્તાક, પ્રજ્વનનસામર્થ્ય વગેરેનો વાચક છે. આ સેંકડો બળ આપનારા પ્રથમ કહેલા પાંચ દેવો છે, તે અહીં આ સૂકતમાં સ્પષ્ટ થયું છે. વીર્યવંધક બીજા ઉપાયોનો અવલંબન ન કરના વાચકો જો આ પાંચને જ યોગ્ય રીતે વર્તતા રહેશે તો તેમને અનુપમ લાભ મળશે.

બીજા સૂકતમાં, 'મૂરિ-ધાગસ' શબ્દ છે જેનો અર્થ 'અનેક પ્રકારે ધારણ પોષણ કરનારો,' એવો પહેલા આવ્યો છે. તે પણ વરસાદના સાહચર્યના કારણે આ સૂકતમાં અનુસંધાન આવે છે, કારણ કે પ્રકૃતિ સાથે જ બળનો સંબંધ છે. આ પ્રકારે પહેલાના સૂકતનો આ સૂકત નો સંબંધ જોવો અને જાણવો.

### શરીરશાસ્ત્રનું જ્ઞાન

આ સૂકતના મનનથી વાચકોએ જરૂર દ્રષ્ટી કે શરીર-શાસ્ત્રનું જ્ઞાન માટે અથર્વવિદ્યા જ ધ્યાનપૂર્ણ જાણવી અત્યંત આવશ્યક છે. મૂંઝાસમાં શલાકાનો પ્રયોગ, ત્વીના અવયવો જીવવા લગ્ન થઈ શકતો નથી. શરીરશાસ્ત્ર જ જાણનારો મનુષ્ય યોગસાધન પણ કરી શકતો નથી તેમજ અધર્મ-વેદનું જ્ઞાન પણ ધર્માયોગ્ય રીતે પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી.

આ 'લંતિ-રસ' નો વિષય એટલે અંગે-અવયવોના રસોનું જ્ઞાન એજ અધર્મશાસ્ત્ર છે. એટલે જેણે આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત ન કર્યું હોય, અંગેની અંદરના જીવનરસોનું જો તે જાણ જાન નથી તે અધર્મવિદ્યાથી મજા લાભ પ્રાપ્ત કરી શકશે નહિ.

કોકટર લોક જો પ્રકારે ખાઈ કાઢે છે અને શરીરનું અંદરનું યથાવત્ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી લે છે, તે પ્રકારે યોગીઓ અને અધર્મગિરસ વિદ્યા શિખનારાઓએ કરવું યોગ્ય છે.

અમે એવો વિચાર કર્યો હતો કે આ સૂકતમાં વર્ણવેલ શલાકાના પ્રયોગ માટે આવશ્યક અવયવોનો પરિચય ચિત્રદાસ કરાવ્યો, પણ તેથી કેટલાક લોકો વધારે મૂંઝાસ પડી અને જો ચિત્રેનો દીક પ્રકારે સમજ ન શકે તો હેલો પ્રયોગ કરી સ્વપના આશીરવાદ થશે તે ભીતિથી આ જ્ઞાન ચિત્રે વડે સ્પષ્ટ કરવું અમે ત્રીજી વાર્યું છે. અમે અહીં વાચકોને નિવેદન કરવા કૃત્તીએ બીએ કે આ પ્રયોગનું જ્ઞાન કોઈ સુવિધ કોકટર પાસેથી પ્રાપ્ત કરવું તેમજ ઉપર કહેલા પ્રયોગ પ્રક્રિયાઓનું જ્ઞાન સારા યોગી પાસે જઈ શકે, કારણ કે અંતરસ ચિકિત્સામાં આ તોતોની આવશ્યકતા છે. તે વિના કેવળ મત્રાઈ વાંચી અથવા શાબ્દિક જ્ઞાન સમજવાથી માત્ર ઉપયોગ થશે નહિ.

# હસ્તસ્પર્શથી રોગનિવારણ

કાંડ ૪, સૂકત ૧૩

(ઋષિ:- શંતાતિઃ । દેવતા- ચન્દ્રમાઃ, વિષ્ણુદેવાઃ ।)

ઉત દેવાં અર્વાહિતં દેવા ઉચ્ચયથા પુનઃ । ઉતાગંચક્રુર્પં દેવા દેવાં જીવયથા પુનઃ ॥ ૧ ॥  
 દ્વાવિમૌ વાતૌ વાત આ સિન્ધોરા પરાવતઃ । દર્શ્યં તે અન્ય આવાતુ વ્યંજન્યો વાતુ યદ્રપઃ ॥ ૨ ॥  
 આ વાત વાહિ મેપજં વિ વાત વાહિ યદ્રપઃ । સ્વં હિ વિશ્વમેપજ દેવાનાં દૂત ર્દયસે ॥ ૩ ॥  
 ત્રાયન્તામિમં દેવાસ્ત્રાયન્તાં મરુતાં ગુણાઃ । ત્રાયન્તાં વિશ્વા મૂતાનિ યથાયમરપા અસન્ ॥ ૪ ॥  
 આ ત્વાગમં શંતાતિમિરથો અરિષ્ટતાતિભિઃ । દર્શ્યં ત ઉગ્રમામારિયં પરા યદ્ધમં સુવામિ તે ॥ ૫ ॥  
 અયં મે હસ્તો ભગવાન્યયં મે ભગવત્તરઃ । અયં મે વિશ્વમેપજોડયં શિવામિમર્શનઃ ॥ ૬ ॥

અર્થ— હે ( દેવાઃ ) દેવો । જે ( અર્વાહિતં ) અવનત થાય છે તેને ( પુનઃ ઉચ્ચયથા ) તમે ફરી ઉઠાવો છો. હે દેવો । ( ઉત આગઃ ચક્રુર્પં ) જે પાપ કરે છે તેને પણ ( પુનઃ જીવયથાઃ ) તમે ફરી જીવતો કરો છો. [ ૧ ]

( દ્વાૌ દિવો વાતૌ ) આ બંને વાયુ છે, એક ( આ સિન્ધોરા ) સિન્ધુદેવ સુધી જાય છે અને બીજો ( આ પરાવતઃ ) બહાર દૂર સ્થાન સુધી જાય છે. તેમથી ( અન્યઃ તે દર્શ્યં આવાતુ ) એક તારા માટે જળ વધારે, ( વ્યંજન્યો વાતુ યદ્રપઃ ) જે દોષ છે તેમને બીજો બહાર કાઢી મૂકે. [ ૨ ]

હે ( વાત મેપજં આ વાહિ ) વાયો । તું રોગનાશક રસ લઈ આવ હે ( વાત યત્ રપઃ વિ વાહિ ) વાયો । જે દોષ છે તે કાઢી નાંખ ( હિ ) કારણ કે હે ( વિશ્વ-મેપજ ) સર્વ રોગના નિવારક ! ( સ્વ દેવાનાં દૂતઃ ર્દયસે ) । તું દેવોનો હત બની આવે છે. [ ૩ ]

( દેવાઃ દમં ત્રાયન્તાં ) દેવો એનું રક્ષણ કરે, ( મરુતાં ગુણાઃ ત્રાયન્તાં ) મરુતોના ગુણ, એનું રક્ષણ કરે, ( વિશ્વા મૂતાનિ ત્રાયન્તાં ) બધા જૂતો એનું રક્ષણ કરે ( યથા અયં અરપાઃ અસન્ ) જેથી તે નિરોગી થઈ જાય. [ ૪ ]  
 ( શં-તાતિભિઃ ) શાંતિદાયકોની સાથે અને ( અથો અ-રિષ્ટ-તાતિભિઃ ) વિનાશ નિવારક શુભોની સાથે ( સ્વા આ આગમં ) તને હું પ્રાપ્ત કરું છું. ( તે ઉગ્રં દર્શ્યં આ અમારિયં ) તારા માટે ઉગ્ર જળ હું લાવ્યો છું અને ( તે યદ્ધમં પરા સુવામિ ) તારા રોગને હું દૂર કરું છું. [ ૫ ]

( અયં મે હસ્ત-ભગવાન્ ) આ મારો અખવાન હાથ છે, ( અયં મે ભગવત્તરઃ ) આ મારો હાથ વધારે આશીર્વાદથી ભરે, ( અયં મે વિશ્વમેપજ ) આ મારો હાથ બધા રોગોનો નિવારક છે ( અયં મે વિશ્વ-અમિમર્શનઃ ) આ મારો હાથ શુભમ ગળ વધારનારો છે. [ ૬ ]

આધાર— દેવતાઓ પતિત યજ્ઞોદાને ફરી ઉઠાવે છે અને જે પાપ કરે છે તેમને પણ ફરી સુધારે ॥ ( ૧ )

જે પ્રાણુ વાયુ છે, એક ફેફસાની અંદર લોહી સુધી જનારો પ્રાણુ છે અને બીજો બહાર જનારો અપાન છે. પહેલો જળ વધારે છે અને બીજો દોષોને દૂર કરે છે ( ૨ )

વાયુ રોગનાશક દવા લાવે છે અને શરીરમાં જે દોષ હોય છે તે દોષોને દૂર કરે છે. આ બધા રોગોનું નિવારણ કરનારો છે, માટે તે દેવોનો હત છે ( ૩ )

બધા દેવ, મરુતગણ તેમજ બધા જૂતો રોગીનું રક્ષણ કરે અને રોગી સત્તર નિરોગી થઈ જાય. ( ૪ )

હે રોગી ! હું તારી પાસે કયાજી કરનાર અને વિનાશકોને દૂર કરનાર સામર્થ્ય સાથે આવી ગયો છું. દબે હું તારી અંદર જળ ભરી દઈ છું અને હું તારા રોગ દૂર કરું છું. ( ૫ )

આ મારો હાથ સામર્થ્યસંપન્ન છે અને આ બીજો હાથ વધારે પ્રસાદવાળો છે. મારા આ એક હાથમાં બધા રોગ દૂર કરનારી શક્તિઓ છે અને આ બીજો હાથમાં અંગ-કલ્યાણ કરવાનો ધર્મ છે. ( ૬ )



હસ્તામ્યાં દર્શનાસ્તામ્યાં જિહ્વા ઘ્રાણ પુરોગમી ।

અનામયિત્તુમ્યાં હસ્તામ્યાં તામ્યાં ત્વામિ મૃદ્ધામસિ

॥ ૭ ॥

.. અર્થ— ( વદા ડાઘામ્યાં હસ્તામ્યાં ) હસ યાગ્યાગ્યા અને હાથોની સાથે ( જિહ્વા ઘ્રાણ પુરોગમી ) શબ્દો વાણીને આગળ સ્થાપનારી કરે છે. ( તામ્યાં અનામયિત્તુમ્યાં હસ્તામ્યાં ) : તે આરોગ્યદાયક અને હાથોથી ( સ્વા યમિમૃદ્ધામસિ ) તને સ્પર્શ કરે છે. [ ૭ ]

.. 'હાવાય'— હસ અંગિગમિ સાથે આ માસ અને હાથોથી તને સ્પર્શ કરે છે' અને મારી છબ્દો વાળીથી મેલવાના શબ્દ મેલે છે, આ પ્રકારે નિરોગીના કરનારા આ માસ અને હાથોથી તને સ્પર્શ કરે છે. ( ૭ )

## હસ્તસ્પર્શથી રોગનિવારણ

હેવાની સહાયતા

પહેલો મંત્ર હેવાની સહાયતાનું વર્ણન કરે છે— ' પતિત યએક્ષા મનુષ્યને પણ દેવ હરી ઉઠાવે છે, એકવાર પાપ કરવાથી ને મરવાની અવસ્થા સુધી પહોંચેલો છે તેને પણ દેવ હરી જીવન આપે છે. ' ( મં. ૧ ) આ પ્રથમ મંત્રનું કથન મનુષ્યને ધણું આત્મવિશ્વાસ આપનારું છે. મનુષ્ય ડાહ્ય પ્રવેશાભામાં ફસી પાપ કરે છે, પાપથી અસ્વસ્થ બને છે, રોગી થાય છે અને ફીણ થવા સુધી અવસ્થા બાવે છે, જેમ આવાનાની પણ સંભાવના થાય છે. એવી અવસ્થામાં પડેલો મનુષ્ય દેવાઓની મદદથી નિરોગી થાય છે અને હરી દીર્ઘ આયુષ્ય પ્રાપ્ત કરે છે. એવી અવસ્થામાં સહાય આપનારો દેવો કયા છે ? મિત્રા, જ્ઞાતિ, અગ્નિ, સૂરજના કિરણો, વાયુ, વિષુવત્, ઔષધિ, અન્નરસ, વેદ વગેરે દેવતાઓ છે કે જેમની મદદથી મનુષ્ય રોગો દૂર કરી અને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આ બધા દેવો મનુષ્યના સહાયકો છે. માણસે ચિંતામાં ન રહેવું મિત્રાર યવાથી વધારે ચિંતા ન કરવી. કારણકે ચિંતા એક અપકર બાધિ છે આ ચિંતાને દૂર કરવા માટે આ મંત્રના ઉપદેશ ઉપર વિશ્વાસ રાખો, જેથી પુરેકિત દેવતાઓની મદદથી નિરોગતા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. દેવ અમારા ચારે તરફ છે અને તે મનુષ્યમાનવી તેમજ પ્રાણીમાનવી સહાયતા કરે છે, તેમની મદદથી હીન અવસ્થામાં પહોંચેલો માણસ ઉચત થઈ શકે ॥ અને રોગી પણ નિરોગી થઈ શકે છે.

પ્રાણના બે દેવો

શરીરમાં પ્રાણના બે દેવો છે જે અર્ધાંગેદુ મદસ્વનું કાવં

કરી રહ્યા છે. પ્રાણ અને અપાન આ બે દેવો છે. એક પ્રાણ હૃદયની આંદર સુંધી જાય છે અને ત્યાં પોતાની પ્રાણક્રિયા સ્થાપન કરી શ્વેતને હૃદાયે છે અને બીજો અપાન છે તે શરીરના ચળ તે દૂર કરી વિવિધ રોમખીભેનો નાશ કરે છે. પહેલો બધા વધારે છે અને બીજો હોષને દૂર કરે છે, આ પ્રકારે આ બે દેવો આ શરીરનું રક્ષણ કરે છે અને આરોગ્ય વધારે છે. આ બીજા મંત્રનું કથન આનામાં રાખવા જેવું છે. અર્ધા પ્રાણ, અપાન અથવા શ્વાસ અને ઉચ્છ્વાસ આ પદ્ધતિ બે દેવો છે એમ જાની શકાય છે.

હેવાનો દૂત

ત્રીજા મંત્રમાં કહ્યું છે કે ' પ્રાણ રોગનિવારક કક્ષિત શરીરમાં લાવે છે અને અપાન બધા હોષને દૂર કરે છે, આ પ્રકારે આ વાયુ બધા રોગોને દૂર કરનારો દેવાનો દૂત છે ' ( મં. ૩ ) આપણું શરીરમાં બધાં છદ્ધિયો દેવાઓના અંક છે, તેમની સેવા આ પ્રાણ પ્રથમ કલા સુખ્ય કરે છે. જીવન કક્ષિતની પ્રત્યેક અવવવમાં સ્થાપના કરવી અને પ્રત્યેક સ્થાનના સેવ દૂર કરવા આ બે પ્રકારની સેવા આ શરીરની દેવ મંદિરમાં પ્રાણ કરે છે. આ વિચારથી પ્રાણનું મદસ્વન જાણી બેઠો.

એથા મંત્રમાં ' બધા દેવો, મસ્ત અને જૂતમણ આ રોગીની સહાયતા કરે. ' ને વિશે પ્રાર્થના છે, તેનો આદેશ પહેલા વિચારથી સ્વપ્ન સ્પર્શ થાય છે.

હસ્તસ્પર્શથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાની વિદ્યાનું કાલમાં નામ ' મેરોરિજમ ' પ્રસિદ્ધ છે. આ ' મેરોરિજમ ' કાલ

‘ મેરમર ’ નામના યુરોપિયનના નામથી જન્મે છે. આ વિદ્યા તેણે પ્રથમ યુરોપમાં પ્રકાશિત કરી, તેથી તે વિદ્યાનું નામ તેનું ગૌરવ કરવા આપવામાં આવ્યું. મેરમર સાહેબે પચાસ વર્ષ પહેલાં આ વિદ્યાને પ્રચાર કર્યો પણ વાયકો આ સૂકતમાં ‘ હરતરપશ્ચી આરોગ્ય ’ પ્રાપ્ત કરવાની વિદ્યા જોઈ શકે છે. આ વિદ્યા વેદ કેટલાક સૈકાઓ પહેલાં પ્રકાશિત કરો હતી અને ઋષિમુનિ તેના અભ્યાસ કરી રોગીઓને આરોગ્ય આપતા હતા. હરતરપશ્ચી, નન્નર નાંખવાથી, શબ્દ કહીને તથા ઇચ્છા કરતાં જ આરોગ્ય આપવાની શક્તિ યોગાભ્યાસથી મનુષ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે તેના અનુદાનની વિધિ વેદાદિ આર્ષ શાસ્ત્રોમાં લખી છે આ વિદ્યાને વાયકો આ સૂકતમાં મંત્ર ૫ થી ૭ સુધી જોઈ શકે છે. મનને એકાગ્ર કરવું અને પોતાની બધી શક્તિ મનમાં સંમહિત કરવી તેમજ કોઈપણ કાર્યમાં ઇચ્છા મુજબ તેના ઉપયોગ કરવા આ જોને સાધ્ય છે તે મનુષ્ય આ વિદ્યાથી ‘ લાભ લઈ શકે છે, એટલે અનુદાનથી એટલી સિદ્ધિ પહેલાં પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ, પછી જ હરતરપશ્ચી આરોગ્ય આપવાનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

રોગી ઉપર પ્રયોગ કરતી વેળા જેવું બાપણ કરવું તે વાત આ ત્રણ મંત્રોમાં કહી છે, તે હવે જુઓ—

‘ હે રોગી મનુષ્ય ! મારી અંદર શાંતિ અને સમતા સ્થાપન કરવાને શુભ અને દોષો તેમજ વિનાશને દૂર કરવાના શુભો પશ્ય છે. આ શુભોની સાથે હું તારી પાસે આવ્યો છું હવે તું વિશ્વાસ ધારણ કર કે હું મારા પહેલા સામર્થ્ય વડે તારી અંદર બળ ભરી દઈ છું અને મારા બીજા શુભથી તારો

રોગ જડમૂળમાંથી દૂર કરું છું. આ રીતે તું નિઃસંશય નિરોગી અને સ્વસ્થ થશે. ( મં. ૫ )

‘ હે રોગી મનુષ્ય ! જો, આ મારો હાથ ધરો પ્રભાવ-શાળી છે અને આ બીજો હાથ તો તેનાથી પણ અધિક સામર્થ્યવાન છે. આ મારો હાથ જાણે બધી આપદિઓની શક્તિથી ભરપૂર છે અને આ બીજો હાથ નિઃસંશય મગલમય કલ્યાણ કરનારો છે. એટલે તેનાં સ્પર્શથી તું નિઃસંદેહ નિરોગી અને બળવાન જનશે. ( મં. ૬ )

‘ હે રોગી મનુષ્ય ! આ દસ આંગળીઓ સાથે મારા બંને હાથ સંપૂર્ણ રોગ દૂર કરનારા છે તેથી તને હવે હું સ્પર્શ કરું છું. આ સ્પર્શથી તારા બધા રોગો દૂર થશે અને તું પૂર્ણ નિરોગી થઈ જશે તું હવે સ્વાસ્થ્યપૂર્ણ થયો છે, આ હું તને મારા સામર્થ્યવાન અને પ્રભાવશાળી શબ્દોથી પણ કહું છું. ( મં. ૭ )

મંત્રોથી નિકળનારો આશ્ચર્ય અધિક સ્પષ્ટ કરવા માટે કેટલાક વિશેષ શબ્દોના ઉપયોગ ઉપર લખેલાં ભાવાર્થમાં કહ્યો છે. તેથી વાયકોને ખબર પડશે કે આનો પ્રયોગ રોગી ઉપર કયા વિધિથી કરાય છે. પ્રયોગ કરનાર પોતાનું મન એકાગ્ર કરવું જોઈએ અને પોતાની માનસિક શક્તિ દ્વારા રોગીના મનને ચાલના આપવી જોઈએ રોગીના મનને પ્રભાવિત કરવાથી અને પોતાના પવિત્ર શબ્દો દ્વારા રોગીના મનમાં વિશ્વાસ ઉત્પન્ન કરવાથી આ વાત સિદ્ધ થઈ શકે છે. જે કોઈ પણ ઉપર વિશ્વાસ રાખતા નથી એવા અવિશ્વાસી લોકોને આનાથી લાભ પ્રાપ્ત થઈ શકશે નહિ

## દુર્ગતિથી બચવું

કાંકે ૬, સૂકત ૮૪

( ક્ષતિ.— અગિરાઃ । દેવતા— નિર્ઋતિઃ । )

यस्यास्त आसनि घोरे जुहोम्येषां वद्वानामवसर्जनाय कम् ।

भूमिरिति त्वामिप्रमन्वते जना निर्ऋतिरिति त्वाहं परि वेद सर्वतः ॥

॥ ૧ ॥

અર્થ— ( અહ્યા. તે ઘોરે આસનિ ) જે તારા કુર મોહમાં (એમાં વદ્વાનાં અવસર્જનાય) આ બદ્ધ થએલા-ની મુક્તિ માટે ( ક જુહોમિ ) પોતાના સુખની આહુતિ આપું છું ( ત્વા જનાઃ ભૂમિઃ इति अमिप्रमन्वते ) તને ભોક્ષ પોતાની જન્મભૂમિની જેમ માને છે અને ( અહ ત્વા સર્વતઃ નિર્ઋતિઃ પરિવેદ ) હું તને બધા પ્રકારના કષ્ટોનું મૂળ તરીકે સમજું છું [ ૧ ]

મૂર્તે દિવિર્મથી મયૈષ તે ભાગો યો અસ્માત્ । મુચ્ચેમાનમૂનેર્નસઃ સ્વાહા

॥ ૨ ॥

પ્રલો વ્યૌસ્મર્ચિન્ક્રિતેડનેહા ત્વમૈયસ્મયાન્વિચૃતા વન્ધપાશ્વન્ ।

॥ ૩ ॥

યમો મદ્યં પુનરિત્ત્વા દેદાતિ તસ્મૈ યમાય નમો અસ્તુ મૃત્યવે

અયસ્મયે દ્રુપદે વૈધિષ હ્રામિહિતો મૃત્યુમિયે સહસ્રમ્ ।

॥ ૪ ॥

યમેનુ ત્વં પિતૃભિઃ સંવિદ્વાન ડંત્તમ્ નાકુમધિ રોહયેમમ્

અર્થ— (૧) (મૂર્તે) ઉત્પન્ન થએલી (દિવિર્મથી મય) હવેન કરનારી થા. (વ્યૌ તે ભાગઃ યાઃ મસાસુ) આ તારા ભાગ છે ને અમાસમાં છે. (દમાનુ અમૃત વેનસઃ મુચ્ચ) એમને પાપમાંથી ઊગ્રાવ. (સ્વાહા—સુ વાહ) હું સત્ય કહું છું. [ ૨ ]

(૨) (મિર્ક્રિતે) કુખેનિ ! (અનેહા યથા ડે સ્વી) અવિનાશી બની તું (પ્રલો) નિશ્વસથી (અયસ્મયાન્વ) વન્ધ પાશાન્ અસત્ સુ પિપ્પૂત ) લોહના અનેકા બંધનના પાશોને ઊડી દે. (યમઃ મદ્યં સ્વા પુનઃ દત્ત દદાતિ) યમ પાશ માટે તને ફરી ફરી આપે છે. (તસ્મૈ યમાય મૃત્યવે નમઃ અસ્તુ) તે યમ મૃત્યુને માટે નમસ્કાર દે. [ ૩ ]

અર્થ— (૪) (અયસ્મયે દ્રુપદે વૈધિષે) લોહમય કાષ્ઠાત્તમાં કાષ્ઠને બાંધી દે છે ત્યારે તે (યે સહસ્રં) ને હજારો કુખો છે તે (મૃત્યુમિયે) હજી અમિહિતઃ ) મૃત્યુથી અહીં બંધાય છે (સ્વી પિતૃભિઃ યમેન સંવિદ્વાનઃ) તું પિતૃઓ અને યમને મળતો (સ્વી હમે ડંત્તમ્ નાકઃ અધિરોહય) તું તેને ઊત્તમ સ્વર્ગમાં ચઢાવી દે [ ૪ ]

આવાકર્ષ— દુરવસ્થા થોડી કામુ છે, તેમાં બંધાયેલ એટલે ને પરાધીન થવા છે તેમની મુશ્કેલી થવી એટલે, આ કામ માટે પોતાના મુખને ત્યાગ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો એટલે કેટલાક લોકો આવી પરાધીનતાને પોતાનો આશ્રય માને છે અને તેના નિવાસમાં મારે પ્રવળ પશુ કરતા નથી બલુ તેવી દુરવસ્થા બધાથી અધિક છે (૧)

ને દુરવસ્થાને ભાગ પોતાની અંદર હશે, તેને પ્રયત્નથી દૂર હટાવવો એટલે (૨)  
કુખંતિને દૂર કરવી એટલે, લોહકરના ભાગ પાશ તોડવા એટલે, આ થાયેને તોડવા માટે જ યમ વારંવાર જન્મ આપે છે તેથી તેને નમસ્કાર કરવો ચોખ્ખો છે. (૩)

એમના ગતિમાં આ પાશ અટકે છે, તેમને હજારો કુખ અને રોડોડે આપત્તિઓ સતારે છે, આ રજાઓ અને નિયામકોની સાથે સમિલન કરી આ મનુષ્યને બંધાયેલ કરી તેને મુખપૂર્ણ સ્વર્ગમાં મથાં પહોંચાડે. (૪)

પરાધીનતા સંપૂર્ણ કુખોત્તુ મૂળ છે, તેથી હરેકે તે પરાધીનતાથી કુખંતિના પાશ તોડવા અને સ્વતંત્રતાથી સ્વર્ગમાં મથાં રવાના થાયેલ કરવું ચોખ્ખો છે.

## દુર્ગતિથી બચવાનો ઉપાય

કાંડ ૨, સુકત ૧૦

(કાષ્ઠિ— મુખા ભંધિશઃ । દેવતા— નિર્ક્રિતિઃ, કાશાપૃથિવી, વાગદેવતાઃ )

શેત્રિયાશ્વા નિર્ક્રિત્યા જામિશ્સાદ્ દ્રુહો મુચ્ચામિ વરુણસ્ય પાશાત્ ।

અનામસં મદ્રાણા ત્વા કૃણોમિ શિવે શે શાવાપૃથિવી ડમે સ્તામ્

॥ ૧ ॥

અર્થ— (૧) (સ્વા) તને (શેત્રિયાત્) આનુરક્ષિતરોગથી, (નિર્ક્રિત્યાઃ) કરોગી (જામિ—સંસાર) અથા સંબંધીના કારણે થતારા કરોગી, (દ્રુહઃ) લોહી, (વરુણસ્ય પાશાત્ મુચ્ચામિ) વરુણના પાશમાંથી ઊગાવું છું. (ત્વા મદ્રાણા અનામસ કૃણોમિ) તને યાનથી નિર્દોષ કરું છું. (ડમે શાવાપૃથિવી શે શિવે સ્તામ્) મને શુદ્ધ અને પૃથ્વીલોક તારા માટે કમ્પાણકાર થાય. [ ૧ ]

શં તે અગ્નિઃ સહાગ્નિરસ્તુ શં સોમઃ સહૌપધોમિઃ ।  
 एवाहं त्वां क्षेत्रियाभिर्भैत्या जामिशंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ॥ २ ॥  
 શં તે વાતો અન્તરિક્ષે વયો ધાચ્છં તે ભવન્તુ પ્રદિશ્યતેસઃ ।  
 एवाहं त्वां क्षेत्रियाभिर्भैत्या जामिशंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ॥ ૩ ॥  
 અનાગસં વ્રજણા ત્વા કૃણોમિ શિવે તે યાવાપૃથિવી ઉમે સ્તામ્  
 हुमा या देवीः प्रदिश्यतस्त्रो वारतपत्नीरमि सूर्यो विचष्ट ।  
 एवाहं त्वां क्षेत्रियाभिर्भैत्या जामिशंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ॥ ૪ ॥  
 અનાગસં વ્રજણા ત્વા કૃણોમિ શિવે તે યાવાપૃથિવી ઉમે સ્તામ્  
 तासु स्वान्तर्ज्वरस्या दधामि प्र यक्ष्म एतु निर्कृतिः पराचैः ।  
 एवाहं त्वां क्षेत्रियाभिर्भैत्या जामिशंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ॥ ૫ ॥  
 અનાગસં વ્રજણા ત્વા કૃણોમિ શિવે તે યાવાપૃથિવી ઉમે સ્તામ્

અર્થ— ( તે અગ્નિ સહ અગ્નિઃ શં અસ્તુ ) તારા માટે બધા પાણી સાથે અગ્નિ કલ્યાણકારી થાવ. તેમજ ( ઓપધિમિઃ સહ સોમઃ શ ) ઓપધિઓ સાથે સોમ મુખકારક થાવ, ( એવ અહં ત્વા ક્ષેત્રિયાત્...મુજ્જામિ ) આ પ્રકારે હું તને ક્ષેત્રિય રોમથી...ઊઠાડું છું. ૦ [ ૨ ]

( અન્તરિક્ષે વાતઃ ) અન્તરિક્ષમાં સંચાર કરનારો વાયુ ( તે વયઃ શં ઘાતુ ) તારા માટે બહુમુક્ત કલ્યાણ આપે. તેમજ ( વતસઃ પ્રદિશઃ તે ઈ મયન્તુ ) આરે દિશાઓ તારા માટે કલ્યાણકારી થાવ. ( એવ અહં... ) આ પ્રકારે હું તને...અચાડું છું. ૦ [ ૩ ]

( હમા યા દેવીઃ વ્રજણા પ્રદિશઃ ) આ દિશાઓ આરે ઉપદિશાઓ જે ( વાત-પત્નીઃ ) વાયુનું રક્ષણ કરે છે, તેમજ ( સૂર્ય અમિવિચષ્ટે ) જે સૂરજ આરે તારા જીવે છે તે તારા કલ્યાણ કરનારો થાવ. ( એવ અહં... ) આ રીતે હું... અચાડું છું. ૦ [ ૪ ]

( તાસુ ત્વા ) તેઓમાં તને ( જરાસિ અન્તઃ બાદધામિ ) હું વૃક્ષાવસ્થાની અંદર ધારણ કરું છું. તારી પાસેથી ( યક્ષ્મઃ નિર્કૃતિઃ પરાચૈઃ પ્ર યતુ ) ક્ષયરોગ તેમજ બધા કષ્ટ નીચે મોડું કરી દૂર આપ્યા બપ ( એવ અહં... ) આ પ્રકારે હું... તને અચાડું છું. ૦ [ ૫ ]

બાધાર્થ— આતુવસિક રોગ, આપત્તિ, કષ્ટ, પ્રસરનારા રોગ, દ્રોહના કારણે થનારા કષ્ટ, ઇશ્વરી નિયમનું ઉલ્લંઘન કરવાથી પ્રાપ્ત થનારા બધાન વગેરે બધી દુર્ગતિઓથી નિર્દોષ બની પવિત્ર થવાનો એક આત્મ ઉપાય જ્ઞાન છે. બીજો ઉપાય નથી ( ૧ )

આ જ્ઞાન વડે જ ધૃત્યેક, અતેવિક્ષયેક અને વૃજીયેકના અતર્જત સંપૂર્ણ પદાર્થ એટલે પાણી, અગ્નિ, ઓપધિ, સોમ, વાયુ, બધી દિશાઓમાં રહેનારા બધા પદાર્થો, સૂરજ વગેરે બધા દેવો હિતકારક અને મુખ્યાર્થક થાય છે, આરોગ્ય વધારી વ્યાધિઓથી થનારા કષ્ટોને દૂર કરે છે ( ૨-૪ )

આ જ્ઞાનથી હું તને વૃક્ષાવસ્થાના પૂર્ણ ઇન્દ્રન સુધી લઈ બંડ છું. આ જ્ઞાનના કારણે બધા રોગો તારી પાસેથી દૂર નાસી જશે ( ૫ )

અર્જુનઃ વક્ષમાન્ દુરિતાર્થવાદાન્ દ્રુહઃ પાત્તાદ ગ્રાણામોદ્ધમુકયાઃ ।

एवाहं त्वां धैत्रियान्निर्भेत्या जामिग्रंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ।

अनागसं ब्रह्मणा त्वा कृणोमि शिवे ते धावापृथिवी उभे स्ताम्

॥ ६ ॥

अहं अरातिमविदः स्योनमस्पर्धुर्मद्रे सुकृतस्य लोके ।

एवाहं त्वां धैत्रियान्निर्भेत्या जामिग्रंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ।

अनागसं ब्रह्मणा त्वा कृणोमि शिवे ते धावापृथिवी उभे स्ताम्

॥ ७ ॥

सूर्यमृतं तर्मसो ग्राह्या अर्षि દેવા મુચ્ચન્તો અસુજશિરેણસઃ ।

एवाहं त्वां धैत्रियान्निर्भेत्या जामिग्रंसाद् द्रुहो मुञ्चामि वरुणस्य पाशात् ।

अनागसं ब्रह्मणा त्वा कृणोमि शिवे ते धावापृथिवी उभे स्ताम्

॥ ८ ॥

અર્થ— ( વક્ષમાન્ ) શપ્ત શબ્દથી ( દુરિતાન્ ) પાપથી, ( ગ્રાણાન્ ) નિઃશર્મ્માં, ( દ્રુહઃ પાત્તાન્ ) શોદના પાપનથી ( પાત્તાન્ ) નિઃશર્મ્માં સંધિરેખથી ( અનુકયાઃ ) મુક્ત થયે છે, ( સ્ત્વ અનુકયાઃ ) તે પુત્રીઓ છે. ( એવ અહં... ) એવો જ હું...તને બ્રહ્મણુ છું. • [ ૬ ]

( અ-રાતિ અહા ) કળીસાધને તે ઊઠી છે, ( સ્યોનં અવિદ- ) તેં મુખ મેળવ્યું છે ( અર્ષિ સુકૃતસ્ય મદ્રે લોકે અમૃઃ ) વધારે પુણ્યકારક આનંદાપી લોકમાં તું આવ્યો છે ( એવ અહં... ) એવો જ હું...તને બચાવું છું. • [ ૭ ]

( દેવાઃ ) દેવોએ ( તર્મસઃ ગ્રાહ્યાઃ ) અધારાની પકડમાંથી તેમજ ( વનસઃ અર્ષિ મુચ્ચન્ત ) શાપથી મુક્ત કરતાં ( ક્ષતે સૂર્ય નિઃ અસુજન્ ) સમસ્તવંશી સરખને પ્રકટ કર્યો છે ( એવ અહં... ) તે જ પ્રકારે હું...તને બચાવું છું. • [ ૮ ]

આવાર્થ— ક્ષાપરોગ, પાપ, નિઃશર્મ્માં શોદના પાપ, કાધિવશ વગેરે બધી આપત્તિઓમાંથી આ જ્ઞાનથી મુક્ત થઈ શકે છે અને દુષ્ટા આ જ્ઞાનથી તને ઊઠાવું છે. ( ૬ )

આ જ્ઞાનથી જ દા પોતાના અહરની કલ્હસાઈ ઊડ અને સુકૃત વડે પ્રાપ્ત થતાં સુખપૂર્ણ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે, તે જ્ઞાન તે જ જ્ઞાનથી આપત્તિઓમાંથી બચાવું છે. ( ૭ )

જે પ્રકારે સૂર્ય અધારાને હટાવી પોતે પોતાનો ઉદય પ્રાપ્ત કરે છે, તે રીતે ચંદ્ર વગેરે બીજા દેવો પણ માઠ અધારાની પકડમાંથી દૂર થઈ પોતે ઉદય પામી પ્રગલ્ભ થાય છે તે જ પ્રકારે પોતે પોતાના મુકયાઈથી પોતાના પાપ દૂર કરી જ્ઞાનથી સદાપતાઈ પોતાને ઉદ્ધાર કરે, કાલજ્ઞ કે તે જ એક ઉત્તરિતું બધાથી પ્રખ્ય સાધન છે. ( ૮ )

## દુર્ગતિથી બચવાનો ઉપાય

### દુર્ગતિનું સ્વરૂપ

આ સંક્રમમાં દુર્ગતિનું વર્ણન વિસ્તારથી કર્યું છે અને તેમાંથી મન્યા નિશ્ચિત ઉપાય પણ સંક્ષેપથી પણ નિશ્ચય ભારપૂર્વક કહ્યો છે. અનેક આપત્તિઓમાંથી પોતાને બચાવ કરવે અને પોતાને બચ્ચુદય કરવાનો નિશ્ચિત ઉપાય યોગ્ય સંદર્ભમાં કહેવાના કારણે આ સૂક્ત પણ મહત્વપૂર્ણ થયું

છે અને તેથી તે દરેક મનન કરવા લાયક છે. આ સૂક્તમાં જે દુર્ગતિનું વર્ણન છે તે બધાથી પહેલાં જોવું

૧ કોષ્ટ્રિય - માતાપિતાથી પ્રાપ્ત થનારા શેષ, અસકતતા અવસ્થાની નબળાઈ વગેરે આપત્તિઓ આ જન્મથી લોકોમાંથી સરીરમાં આવે છે ( મં. ૧ )

૨ નિર્ગતિ - વિનાશ, સંકે, અધોગતિ, આપત્તિમાં, આ

સત્યનિયમોનું પાલન ન કરેલું. દુરવસ્થા, વિરુદ્ધ પરિસ્થિતિ, શાપ, ગાળો, હીન વિચાર વગેરે કારણે યનારી હીન રિયતિ. (મં. ૧)

૨ જામિશંસ:- આમાં બે શબ્દો છે. જામિશંસ તેમનો અર્થ છે 'જામિ' = વંશ, સગા, સંબંધ, પાણી, ભાગણીઓ, સન્માન્યઓ, પુત્રી, બહેન, વધુ. આ જામિ શબ્દના અર્થો કાશમાં આપ્યા છે. હવે 'શંસ' શબ્દના અર્થ જુઓ. પ્રશ્ન સા, પ્રાર્થના, પાઠ, સદ્વિચાર, શાપ, કષ્ટ, આપત્તિ, કલંક, લાંછન, અપકીર્તિ આ બંને અર્થોનો મેળ કરી 'જામિશંસ' નો અર્થ નીચે લખ્યા મુજબ બની શકે છે. 'સગપણના કારણે આવનારી આપત્તિ અથવા દુઃખીતિ, આ વિષયક યનારું લાંછન અથવા કલંક' વગેરે. આ પ્રકારે બીજા અર્થો પણ વાચક વિચાર કરી જોઈ શકે છે. પણ અર્થોમાં આપત્તિ અથવા કષ્ટનો સંબંધ અવશ્ય હોવા જોઈએ માટે તેનો આપત્તિ શબ્દ અર્થ જ અહીં અપેક્ષિત છે. (મં. ૧)

૩ દુહા:- દ્રોહ, ધાતપાત, વિશ્વાસ આપી ધાત કરવો. (મં. ૧)

૫ ઘટણાદય પાશ:- વરણ નામ શ્રેષ્ઠ પરમેશ્વરનું છે, બધાથી જે 'વર' એટલે શ્રેષ્ઠ તેને વરણ કહે છે. તે જગદીશના પાશ બધા જગતમાં પ્રસરેલ છે અને તેઓ વડે ખરાબ કામ કરનારા યુરુષો બધાય છે. દુનિયામાં પરમાત્માની એવી વ્યવસ્થા છે કે ખરાબ કમ પોતે પાશદંપ બની દુરાચારીઓને બાંધે છે અને તેનાથી બંધાએલો માણસ આપત્તિમાં પડે છે. (મં. ૧)

૬ વક્ષસ:- ક્ષયરોગ, ક્ષીણ કરનારો રોગ. (મં. ૫)

૭ હુરિત:- (હુન્નિત) જે કુટિતા અંદર ધુસેલી છે. મન, જીદ્ધિ, દિવ્ય અને શરીરમાં જે વિગતિય કુટલાવ અથવા પદાર્થ ધુસેલા હોય છે, જેથી તે રચનામાં બગાડ થઈ કષ્ટ થાય છે તેમનું નામ હુરિત છે. તે જ પાપ છે. (મં. ૬)

૮ સવચ્ચં:- નિંદા કરવા યોગ્ય, જેથી અધોગતિ થાય છે, આપત્તિ આવે છે અને કષ્ટ થાય છે. તેનું આ નામ છે. (મં. ૬)

૯ પ્રાહી:- જે જકડી રાખે છે, ઊડતો નથી, જેથી સુકત થતું કહ્યું છે. શરીરમાં સંધિવાત વગેરે રોગ જે સંધિઓને

જકડી રાખે છે, મનમાં વિષયવાસના અને જીદ્ધિમાં આત્મિક નિર્ભેળતા વગેરે છે. (મં. ૬)

૧૦ અરાતિ:- (અનરાતિ) અતુદારતા, કુપણતા, કંટુસાધ. (મં. ૭)

૧૧ તમઃ:- અજ્ઞાન, અધાર, આલસ્ય (મં. ૮) આ શબ્દો મનુષ્યની દુર્ગતિનું સ્વરૂપ બતાવે છે. આ શબ્દોનો શારીરિક, હિન્દ્રય વિષયક, માનસિક, બૌદ્ધિક અને આત્મિક અવનતિની સાથે સંબંધ જોવાયકો વિચારપૂર્વક જોશે તે તેમના ધ્યાનમાં આવશે કે આ દુર્ગતિનું કાર્ય પેદાશું મોટું આ માનવસમાજમાં ચાલી રહ્યું છે અને આ અધોગતિથી બચવા માટે કેટલી દ્વંદ્વતા સાથે કમરડાસી તેમજ દક્ષતાથી કાર્ય કરવું જોઈએ. મનુષ્યનાં મન, જીદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર, હિન્દ્રયગણ તેમજ શારીરિક વ્યવહારમાં આ દુર્ગતિના નાના રૂપોનો સંચાર જોઈ વિચારી મનુષ્યનું મન ચક્કર ખાઈ જાય છે અને તે પોતાના કતબ્ય વિષયમાં મોહિત થઈ જાય છે, તેને આ દુર્ગતિના સાક્ષાત્કારથી બચવાનો ઉપાય સૂઝતો નથી, એવી અવસ્થામાં આ સૂકત તે મૂઠ બનેલા માણસને કહે છે કે, "હું મનુષ્ય છું મૂઠ કેમ બને છે? હું આ માર્ગમાંથી તને બચાવું છું" અને તને નિર્દોષ એટલે પવિત્ર પણ બનાવું છું." (મં. ૧)

### એકમાત્ર ઉપાય

આપત્તિઓ અનંત છે. જો કે આ પસેલા અગિયાર શબ્દો વડે આ સૂકતમાં આપત્તિઓનું કપ્પું છે, તેમજ અગિયાર શબ્દો વડે માનો કે અનંત આપત્તિઓનું વર્ણન કરાયું છે. આ અનંત કલેશ-કષ્ટોથી બચવાનો એકમાત્ર ઉપાય છે અને તે આ સૂકતના દરેક મંત્રમાં 'બ્રહ્મ' શબ્દથી બતાવ્યો છે. પ્રત્યેક મંત્રમાં—

મુજ્જામિ દવા બ્રહ્મણા અનામસં ક્ષણોમિ ।

---તને ઊડાવું છું---અને તને જાનથી નિર્દોષ કરે' છું. આ વાક્ય ફરી ફરી કર્યું છે. વારંવાર કરવાનું કારણ આ વાતપર વિશેષ ભાર આપ્યો છે એ સ્પષ્ટ છે, દુર્ગતિથી મનુષ્યનો બચાવ કરનારો એકમાત્ર ઉપાય 'બ્રહ્મ' એટલે 'સત્યજ્ઞાન' જ છે. જ્ઞાનથી જ મનુષ્ય અચી શકે છે અને જ્ઞાનથી પતન પામે છે. જે ઉત્તિ, જે પ્રગતિ, જે સંધન થી સુકિત થવાની છે તે જ્ઞાનથી થવાની છે. પરમપુરુષાર્થ દ્વારા પોતાનો ઉત્કર્ષ કરવાનું સ્વધન પણ જ્ઞાન વડે જ

સાધ્ય થઇ શકે છે. જ્ઞાનદીન મનુષ્ય કોઈ પણ પ્રકારે ઉન્નતિ કરી શકશે નહિ.

### જ્ઞાનનું ફળ

જ્ઞાનથી શું શું થઇ શકે છે તેનું વર્ણન કરવું કઠિન છે, કારણ કે જ્ઞાનથી જ નહીં ઉન્નતિ થાય છે. કોઈ ઉચ્ચ ધ્યેય એવું નથી કે જે જ્ઞાનવિના સાધ્ય થઇ શકે. તે પશુ આ સૂત્રમાં જ્ઞાનથી જે કંઈ સિદ્ધ કરી શકાય છે તેનું સંક્ષેપમાં વર્ણન કયું છે એ તે વાતનો વિચાર કરીશું. સત્યજ્ઞાનનું પહેલું ફળ આ છે—

( ૧ ) હમે યાવાપૃથિવ્યે તે દિયે સ્તામ્ । ( મં. ૧ )

‘ યુવેક અને પૃથ્વીયોક અને તારાં માટે કલ્યાણકારક સુખ થાય ’ એટલે જે સત્યજ્ઞાનથી યુક્ત છે તેના માટે પૃથ્વીથી માંડી યુક્તોક સુધીના બધા પદાર્થો સુખકારક થશે. પૃથ્વીથી માંડી યુક્તોક સુધીના બધા પદાર્થો પોતાના માટે કલ્યાણકારી બનાવવાની વિદ્યા એકલા જ્ઞાની મનુષ્યને સાધ્ય થાય છે વાચકો વિચાર કરશે તો તેમને ખચર પડશે કે આ ધણી મોટી પ્રબળશક્તિ છે, જે જ્ઞાનીને પ્રાપ્ત થાય છે, ધાસથી માંડી સૂર્ય સુધી બધા પદાર્થો તેને વશ થઇ તેનું દિત કરવામાં તૃપ્ત રહે છે આ અદ્ભુત સામર્થ્ય જ્ઞાની જ પ્રાપ્ત કરે છે

( ૨ ) અગ્નિઃ સહ અગ્નિઃ શમ્ । ( મં. ૨ )

‘ પાણી સાથે અગ્નિ કલ્યાણકારક થાય છે ’ જ્ઞાની મનુષ્ય જગથી તેમજ અમિથી બંનેના સંયોગથી અથવા વિયોગથી પોતાનો લાભ કરી શકે શકે છે, જનતાનું ભક્ષ કરી શકે છે.

( ૩ ) ઔષધિમિઃ સહ સોમઃ શમ્ । ( મં. ૨ )

‘ ઔષધિઓ સાથે સોમ સુખકારક થાય છે ’ સોમ એક ધણી મોટી પ્રબળશક્તિ ઔષધિ છે, આ વનસ્પતિ બધી ઔષધિનો રાજા છે. સોમ અને ઔષધિઓથી પ્રાણીજાતનું હિન સાધન કરવાનું જ્ઞાન વેદસારમાં કયું છે. નાના પ્રકારના રોગ દૂર કરવાના વિવિધ ઔષધિયોગ આ સારમાં કલા છે અને આ વિદ્યા હાલમાં પ્રચલિત પણ છે. તેથી તે વિશે વધારે સખવાની જરૂર નથી. પ્રથમ કહેલા કષ્ટમાં જે રોગવિપયક ઉપદેશ થાય છે, તે બધા આ વિદ્યાથી દૂર થાય છે જનશિક્ષિતતા અને અશિક્ષિતતા પણ તેમાં સમાવિત છે.

( ૪ ) અન્તરિક્ષે યજ્ઞઃ હવઃ યં યજ્ઞમ્ । ( મં. ૩ )

‘ અન્તરિક્ષમાં સંચર કરનારો વાયુ આરોગ્યપૂર્ણ સુખ

આપનારો થાય છે. ’ વિદ્યાથી વાયુ લાભકારી થઇ શકે છે. યોગસાધનનો પ્રાણાયામ આ વિદ્યાનો ઘોતક છે. પ્રાણાયામ કરનારા યોગી વાયુથી વધારે બળ પ્રાપ્ત કરે છે અને દીર્ઘશ્વી બને છે. આરોગ્યશક્તિના બધા નિયમો આ જ્ઞાનમાં સમાવિત છે. વાયુદ્ધિ દ્વારા આરોગ્ય સાધન કરવાનો વિધાય તેમાં આવે છે. રોગનિવારક તેમજ રોગપ્રતિબંધક દોષ દૂર કરવાનું યોગ આ વિદ્યાના પ્રકારક છે.

( ૫ ) દેવીઃ યજ્ઞઃ યદિદ્વાઃ યાતપત્નોઃ । તે શમ્ । ( મં. ૩૪ )

‘ દિવ્ય આદિ દિશ્વઓ, જેમાં વાયુ પાસન થાય છે, તારાં માટે સુખકારક બને. ’ આદિ દિશ્વઓ અને ચાર ઉપરિશ્વઓ એટલે તેમની અંદર રહેનારા બધા પદાર્થો જ્ઞાનથી જ મનુષ્યને માટે લાભકારક થાય છે આનો ભાવ પહેલાં મુખ્ય જ સમજવો જોઈએ.

( ૬ ) સૂર્યઃ અમિધિવદે । ( મં. ૪ )

‘ સૂર્ય જે ચારે તરફ પ્રકાશી છે ’ તે પશુ જ્ઞાનથી તારાં માટે અત્યુક્ત થઇ શકે છે. સૂર્યના પ્રકાશથી મનુષ્યમાત્રને અન્તર લાભ થાય છે. આ વિદ્યા જે જાણે છે તે આથી પોતાનો લાભ કરી શકે છે.

( ૭ ) ત્વા ઝરાસે અન્તઃ આદ્યામિ । ( મં. ૫ )

‘ તને અતિશુદ્ધ આયુની અંદર પારણું કંઈ હું. ’ એટલે જ્ઞાનથી તારું જીવન દીર્ઘ બની શકે છે. જ્ઞાનથી જીવનના સારા નિયમો જાત થાય છે અને તેમના પાલનથી મનુષ્ય આરોગ્યયુક્ત બની સુખી થાય છે.

( ૮ ) યદ્ધમઃ નિર્ગોતિઃ પરાસંઃ યત્ । ( મં. ૫ )

‘ યદ્ધમ વડેરે રોગ તેમજ બીજી આપત્તિઓ જ્ઞાન વડે દૂર થાય છે, જ્ઞાનથી આરોગ્ય મેળવવાના સત્યનિયમો જાણાય છે અને તેમના પાલનથી મનુષ્ય નિર્ગોતિ બની સુખી થાય છે.

( ૯ ) યદ્ધમાત્, યુરિતાત્, અષ્ટપાત્, દુઃકઃ, પાશાત્, પ્રાણાઃ જ અમુકપાઃ, ઉદમુકપાઃ । ( મં. ૬ )

‘ જ્ઞાનથી, યદ્ધમ, રોગ, પાપ, નિઃશ્ચય, ક્રોધ, બંધન, જનકનારા રોગો વગેરેથી મુક્તિ મળે છે. એટલે તેમનાં દુઃક દૂર થાય છે, આ વાન વાચકોના પાનમાં પહેલાં મુખ્ય આવી જશે.

( ૧૦ ) સ્થોનં અધિદઃ । ( મં. ૭ )

‘ સુખ પ્રાપ્ત થશે. ’ જ્ઞાનથી ઉચ્ચ અને સત્ય સુખ પ્રાપ્ત

થાય છે. પૃથ્વીથી માંડી દુલોહ સુધી સંપૂર્ણ પદાર્થો જ્ઞાનથી વશ અને છે અને તે કારણે સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. આ જ્ઞાનથી અબ્યુદયની પરમસીમા છે. એને જ કહે છે—

( ૧૧ ) સુકૃતસ્ય મદ્રે લોકે અમ્ઃ । ( મ. ૭ )

‘ સુકૃતના કલ્યાણપૂર્ણ રથાનમાં નિવાસ થશે. ’ જ્ઞાન હોય તો જ સુકૃત કરી શકાશે અને આ સુકૃતના કારણે મનુષ્યની ઉત્તમ ગતિ થશે, તેને શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ અવસ્થા પ્રાપ્ત થશે. જ્ઞાન વડે જ બધી જનતાની એટલી બધી ઉન્નતિ થશે કે આજ બ્રહ્માકે સ્વર્ગ રથાન બની જશે. સત્યજ્ઞાનના પ્રચારથી એટલો લાભ છે, માટે દરેક વૈદિકર્મમાં આયે સત્યજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી તેનો પ્રચાર કરવો જોઈએ.

સત્યજ્ઞાનના આ અગિયાર કૃષ્ણા આ સૂક્તમાં કહ્યા છે. બધી ઉન્નતિનું આ મુખ્ય સાધન છે. તે સિવાય બીજા સાધનો હોય તો પણ તે વડે લાભ થશે નહિ માટે વાચકો જ્ઞાનને ઉન્નતિનું મુખ્ય સાધન જાણી જ્ઞાનાર્જન અને જ્ઞાનદાનના વિષયમાં પરિશ્રમ કરે. હવે આ સૂક્તમાં જે ઉન્નતિનો માર્ગ બતાવ્યો છે તે જુઓ—

ઉન્નતિનો માર્ગ

આઠમા મંત્રમાં એક વિશદાયુ અપૂર્વ અક્ષ કાર દ્વારા ઉન્નતિનો માર્ગ દર્શાવ્યો છે, તે પણ અહીં જોવા જેવો છે—

તમસો માહ્યા અધિમુજ્જતાઃ દેવાઃ ક્ષતં સૂર્યં વનસઃ અચ્ચજન્ । ( મ. ૮ )

‘ જે પ્રકારે અધિકારની પકડમાંથી દોડાવતાં બધા દેવા, પોતે ઉદનારા સૂરજને બધી અવરથામાંથી ઉપર પ્રકટ કરે છે. ’

અધિકારની લાપા

આ આઠમાં મંત્રમાં એક અક્ષ કાર છે. સૂરજ અને બીજા દેવાની અ-યોગિત અક્ષ કારથી રૂપક બનાવી અહીં વર્ણન કર્યું છે. વેદમાં સૂરજ અને ચંદ્ર વિષયક કેટલાક રૂપકો આવે છે તેમાં આ વિશેષ મહત્ત્વનું રૂપક છે. આ રૂપક આ પ્રકારે જેનું જોઈએ—

‘ ચંદ્રપી પુત્રનું પાલન રાત્રીરૂપી માતા કરે છે અને સૂરજરૂપી બાળકનું પાલન દિનપ્રકાશ મામની માતા કરે છે. પ્રારંભમાં સૂરજ અધિકારમાં હતાએવો હોય છે. તે પ્રમાણે ચંદ્રમાં પણ ગાઢ અધિકારમાં હતાઈને રહે છે. માનો તેને માર્ગ મતાવવાનું કાર્ય બીજા દેવો એટલે બધા નક્ષત્રો,

સંપિતા, વાયુ વગેરે સંપૂર્ણ દેવતાઓ કરે છે. સૂરજ પોતે ઉપર ઉદનાનો પ્રયત્ન કરતો રહે છે, અંતે ઉપર આવે છે; ઉદય પામે છે. પ્રતિક્ષણે વધારે ને વધારે ચમકવા લાગે છે અને મધ્યાહ્નમાં એવા ચમકે છે કે તે સમયે તેના અપ્રતિમ તેજને કાષ્ઠ સહન કરી શકતા નથી. તે જ પ્રકારે ચંદ્ર પણ પોતાની ક્ષત્રી અવસ્થાથી પ્રગતિ કરતો પૃથ્વીમાના દિવસે પોતાનો પૂર્ણ વિકાસ સાધે છે. ’

પોતાના પ્રયત્નોથી ઉન્નતિ કરનારાએ આ પ્રકારે ઉન્નતિ સાધવી એનું દર્શાવવાનું આ રૂપકનું પ્રયોજન છે. જે પોતે યત્ન કરતા નથી તેમની ઉન્નતિ થવી કઠણ છે. બીજાઓની સહાયતા પણ જ્યાં સુધી પોતે પ્રયત્ન કરતો નથી ત્યાં સુધી સહાયક નથી થતી આ ઉન્નતિનો મૂળમંત્ર છે.

પોતાનો પ્રયત્ન

આ મંત્રમાં ‘ ક્ષતં સૂર્યં દેવાઃ તમસા મુજ્જતાઃ ’ એટલે ‘ પોતે આલનારા સૂરજને જ દેવો અધિકારમાંથી ઊઠાવે છે. ’ એમ કહ્યું છે. જે સૂરજમાં પોતાનો પ્રયત્નો નહોતો તો તેને દેવો અધિકારમાંથી મુક્ત કરી શક્યા ન હોત. તે જ પ્રકારે માણસે પણ પોતે પોતાના ઉદ્ધારના પ્રયત્નો રાત-દિવસ કરતો રહે છે, તેને બીજા વડિલ-પુરુષને સહાયતા કરે છે.

આ દૃષ્ટિએ વિચાર કરવાથી સમજાશે કે આ મંત્રમાં ‘ ક્ષત ’ શબ્દ ધણો મહત્વનો ભાવ બતાવે છે. જુઓ તેનો આશય—

ક્ષત્— યોગ્ય, ઠીક, સત્ય, સરસ, હલચલ કરનારો, અતિમાન પ્રયત્નશીલ, યશ, સત્યનિયમ, ધર્મશીર નિયમ, મુક્તિ, અધનનિષ્ઠિત, કર્મજીન, અદ્ય વિશ્વાસ, દિવ્ય સત્યનિયમ.

જે ( ક્ષત ) સત્યનિયમનું પાલન કરે છે, તે અધિકારને પાર જાય છે અને જે પોતે પ્રયત્ન કરે છે તેને બીજા સહાયતા કરી શકે છે. સૂરજ પોતે પ્રકાશમાન છે, ઉદય થવા પડે છે, નિયમપૂર્વક પ્રયત્નશીલ છે, માટે ઉદય પામી એવો તેજસ્વી બને છે કે બધા અન્ય તેજ તેની સામે ઠીક પડી જાય છે. જે મનુષ્ય એવો પ્રયત્ન કરશે તે પણ તેવા જ પ્રભાવશાળી બનશે.

વાયુ, જળ, નક્ષત્ર વગેરે જગતના દેવો, વિદ્યાન, શ્વર વગેરે મનુષ્યોની અંદરના દેવ તેમજ ઇન્દ્રિયમણ્ડળ આ શરીર રચાનીય દેવ એવા જ પુરુષને સહાય કરે છે કે જે પોતે સત્ય-



નિવસના પાસનમાં દમોશ દક્ષ રહે છે અને પોતે પોતાના પુરુષાર્થ વડે પોતાની ઉત્તિ કરવાનો પ્રયત્ન કરના રહે છે. પાપથી મુક્ત થઈ નિર્દોષ બનવું, પારતત્વના બંધનથી મુક્ત થઈ, રત્યસાગરનું, રાગમુક્ત થઈ નિર્દોષી બનવું, અપ- પ્રાણના બંધનથી છુટી દીર્ઘાયુ થવું વગેરે બધી યાગ્યતા માટે પોતે ' ક્ષત્ર-રામો ' થવું અત્યંત જરૂરી છે. તે ઉપરના મંત્રમાં ' ક્ષત્ર ' શબ્દ દેરા બનાવ્યું છે. જે ક્ષત્ર-ગામી હોય છે તે જ બંધનોથી મુક્ત થઈ શકે છે, પાપોને દૂર કરી શકે છે અને સુરજની જેમ પોતાના તેજ વડે પ્રગટ થઈ શકે છે. આ પ્રકારે આ મંત્ર અત્યંત મહત્વપૂર્ણ ઉપદેશ આપી રહ્યો છે, માટે તે દૃષ્ટિએ વાચકોએ તેનો અધિક વિચાર કરવો.

પ્રાર્થનાનું બળ .

વેદમાં ' ક્ષત્ર ' શબ્દનો બીજો અર્થ ' રતોત્ત, રત્નિ, પ્રાર્થના ' એવો પણ છે જે પ્રાર્થના-વાચક વૈદિક સૂક્તો છે તેમનો પ્રુષ્ઠઅત્યવધી બીજો પણ અર્થ થાય છે, પરંતુ તેમનો રત્નિ અથવા પ્રાર્થનારૂપ અર્થ કરેલી સૂક્તો નથી. ' ઇશ પ્રાર્થના ' થી બળ પ્રાપ્ત કરવું જવાય પોતાની કક્ષિત- નો વિરોધ કરવો, પ્રાર્થના વડે આત્મિકબળ પ્રાપ્ત કરવું વૈદિકમંત્રનું પ્રમાણ બળ છે. માટે આરંભથી ઉત્તર સુધી વેદના સૂક્તોમાં દર્શાવે સૂક્તો પ્રાર્થનાના છે. જે લોકો આત્મિક બળ મળવી ઇશપ્રાર્થના કરવી જાણે છે તેજ પ્રાર્થનાનું મહત્વ સમજી શકે છે બીજા લોકો તેની કક્ષિત જાણી શકતા નહિ. માટે અહીં એટલું જ કહેવાનું કે રોગાદિ આપત્તિઓની નિરાતિ માટે જેટલા ઉપયોગ એપથ વગેરેનો થાય છે, તેથી કેટલાક વધારે પ્રમાણમાં લાભ ' ઇશપ્રાર્થના ' થી થઈ શકે છે. માટે જ કે આ ' પ્રાર્થના-યોગ ' છે. ' ઔષધિયોગ ' કરતાં, ' પ્રાર્થનાયોગ ' વધારે જળવાન છે. પ્રાર્થનાનું મહત્વ લોકો આજકાલ સમજવા નથી જોઈ કુશભની વાન છે અને તેથી તેનાથી થના લાભોથી વંચિત રહે છે. આ મોટી હાનિ છે.

. આ સૂક્તમાં ' પ્રક્ષ ' શબ્દ વિશેષ કરી રતોત્ત વાચક છે. ઇશ યજુષ્યનું, ઇશ યજુષાન કરતાં કરતાં જેનું મન પ્રજ્ઞના યજુષમાં તલ્લીન બની જાય છે તેની બધી આપત્તિઓ ॥ મધ જાય છે. કારણ કે તે સમયે તે અદ્વૈત અમૃતરસનો

આરવાદ કરતો કુખમુક્ત બની જાય છે. વાચક આ દૃષ્ટિથી આ વાનને વિચાર કરી અનુભવ લે.

મનને ધીરજ આપવી

વેદમાં ' દુઃશિશ્નુ ધુ ' વગેરે પ્રકારે કેટલાક તાથો છે. તે વાક્ય ' માનસચિકિત્સા ' અથવા ' વાચિકચિકિત્સા ' ના સૂચક છે. પોતાના અંદરના આરોગ્યપૂર્ણ વિચાર પોતાની માનસકક્ષિતની પ્રેરણાથી પોતાના હૃદયે વડે રોગીના નાગજાનમાં પ્રવિષ્ટ કરાવી આ ચિકિત્સા સાધ્ય થાય છે. તેમાં રોગીના નિર્મલ મનને ધીરજ આપવાનું સામર્થ્ય હોય છે, આ વખતે—

- ૧ રવા ક્ષેત્રિયાત્.....મુજ્ઞામિ । ( મ. ૧ )
- ૨ રવા પ્રહણા મનોગત્સં કુજોમિ । ( મં. ૧ )
- ૩ રવા ઝરસિ ભગ્તઃ જાદુષામિ । ( મં. ૫ )
- ૪ વદમાત્ અનુકયા । ( મં. ૧ )
- ૫ પ્રાણા અનુકયા । ( મં. ૧ )

એવા વાક્યો એવી રીતેને ધીરજ આપવાની હોય છે. જેમ કે ' ( ૧ ) તને ક્ષેત્રિય રોગથી મુક્ત કરું છું. ( ૨ ) તને ઇશપ્રાર્થના દ્વારા નિર્દોષ કરું છું ( ૩ ) તને અતિ દીર્ઘ આયુષી યુક્ત કરું છું. ( ૪ ) તું હવે યક્ષ રોગમાંથી મુક્ત થશે છે. ( ૫ ) જગતના રોગથી તું હવે પાર થઈ ગયો છે. ' વગેરે પ્રકારના વાક્યોથી રોગીને ધીરજ આપી તેના મનનું આત્મિકબળ વધારવું અને તેમાં દૃઢવિશ્વાસ પેદા કરી આરોગ્ય ઉત્પન્ન કરવું હોય છે, આ થયો મદન વિષય છે. જે વાચકો ઇશપ્રાર્થનાનું બળ જાણે છે, તે આ વાતને સમજી શકે ॥

પરમેશ્વર ઉપર જે દૃઢવિશ્વાસ રાખે છે, તેની ઉપાસના કરે છે, તેની કક્ષિત કરવામાં જેમને પ્રેમ થાય છે, તેમની પાસે જિભારી જોઈ આવે છે. વાચકો જોરો તો તેમને ખબર પડશે કે પરમેશ્વર ઉપર કાર્યસે રાખવાના ધણી ભાગે આંનંદી હોય છે અને અવિચારી જ રોગી થાય છે.

વાચકો આ વિશ્વાસનું બળ વધારે અને પોતાનો વધારે લાભ કરી લે.

આ સૂક્ત તકમનાશન મળ્યું છે અને તે આત્મેના બીજા સૂક્તોની સાથે વાંચવું યોગ્ય છે.

# મૃત્યુ

કાંડે ૬, સૂક્ત ૧૩

( ઋષિ:- અથર્વા ( સ્વસ્ત્યર્ચનકામઃ ) । દેવતા:- મૃત્યુઃ । )

નમો દેવવૃષ્ટ્યો નમો રાજવૃષ્ટ્યઃ । અથો યે વિશ્વાનાં વૃષાસ્તેમ્યો મૃત્યો નમોઽસ્તુ તે ॥ ૧ ॥  
નમસ્તે અધિવાકાય પરાવાકાય તે નમઃ । સુમત્યૈ મૃત્યો તે નમો દુર્મત્યૈ તં હૃદં નમઃ ॥ ૨ ॥  
નમસ્તે યાતુધાનેમ્યો નમસ્તે મેવજેમ્યઃ । નમસ્તે મૃત્યો મૂલેમ્યો બ્રાહ્મણેમ્યઃ હૃદં નમઃ ॥ ૩ ॥

અર્થ— ( દેવવૃષ્ટ્યઃ નમઃ ) આદિત્યોના ચરત્રોને નમસ્કાર હો, ( રાજવૃષ્ટ્યઃ નમઃ ) ક્ષત્રિયોના ચરત્રોને નમસ્કાર, ( અથો યે વિશ્વાનાં વૃષાઃ ) અને જે વૈશ્યોના ચરત્રો છે તેમને નમસ્કાર હો, અને હે મૃત્યો ! ( તે નમઃ અસ્તુ ) તારા માટે નમસ્કાર હો. [ ૧ ]  
( તે અધિવાકાય નમઃ ) તારા આશીર્વાદને નમસ્કાર અને ( તે પરાવાકાય નમઃ ) તારા પ્રતિકૂલ વચનોને પશુ નમસ્કાર હો. હે મૃત્યો ! ( તે સુમત્યૈ નમઃ ) તારી ઉત્તમ મતિના માટે નમસ્કાર અને ( તે દુર્મત્યૈ હૃદં નમઃ ) તારી દુષ્ટ મતિને પશુ આ નમસ્કાર છે. [ ૨ ]  
( તે યાતુધાનેમ્યઃ નમઃ ) તારા યાતના આપનારા રોગોને નમન હો અને ( તે મેવજેમ્યઃ નમઃ ) તારી દવાઓના ઉપાયોને પશુ નમસ્કાર હો. હે મૃત્યો ! ( તે મૂલેમ્યઃ નમઃ ) તારા મૂલ કારણને નમસ્કાર અને ( બ્રાહ્મણેમ્યઃ હૃદં નમઃ ) આદિત્યોને પશુ મારો નમસ્કાર છે. [ ૩ ]

## મૃત્યુના પ્રકાર

આ સૂક્તમાં મૃત્યુના કેટલાક પ્રકાર કહ્યા છે, તે જુઓ—

- ૧ દેવવૃષ્ટ્યઃ— દેવો દ્વારા થનારો વધ અથવા મૃત્યુ. અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય વગેરે દેવ છે, આદિત્ય પશુ દેવ છે, તેઓના કારણે થનારો મૃત્યુ. અગ્નિ પ્રકાશ, વાયુ બગડવો, સૂર્યનો ઉત્પાત તેમજ આદિત્ય વગેરેના કારણે જે મૃત્યુ થાય છે.
- ૨ રાજવૃષ્ટ્યઃ— સદાપ્રમા થનારો વધ અથવા રાજપુરુષોના અવહારથી થનારો મૃત્યુ.
- ૩ વિશ્વાનાં વૃષ્ટ્યઃ— વૈશ્યો, પ્રજાપતિઓ અથવા ધનવાનોના કારણે થનારો મૃત્યુ.

આ ત્રણ કારણે મૃત્યુ થાય છે. તેથી તેમનો સુધાર થવો જોઈએ. તેમજ—

- ૪ અધિવાકાઃ— અનુકૂળ વચન,
- ૫ પરાવાકાઃ— પ્રતિકૂલ વચન,
- ૬ સુમતિઃ— ઉત્તમ શુદ્ધિ અને
- ૭ દુર્મતિઃ— દુષ્ટશુદ્ધિ.

આ ચાર કારણોથી પશુ મૃત્યુ થાય છે. અનુકૂલ વચનનો અતિરેક થવાથી પશુ અવિવેક થઈ મૃત્યુ થાય છે, પ્રતિકૂલ વચનથી નિરાશ બની મૃત્યુ થાય છે. ઉત્તમ શુદ્ધિ હોવાથી કેવળ બૌદ્ધિક કાર્યનું આન કરવાના કારણે શારીરિક નિર્બલતા ઉત્પન્ન થઈ મૃત્યુ થાય છે અને દુર્મતિથી તો મૃત્યુ થાય છે જ. તેમજ—

૮ યાતુધાન— માતાના આપનારા રોગ મૃત્યુ કરે છે અને

૯ મેવજે— ઔષધિ ઉપાયો પશુ કાંઈ સમયે મૃત્યુ કરે છે, આ અને આથી જિજ્ઞાસુ પશુ મૃત્યુના મૂળ છે તે બધા કરવા જોઈએ.

આજ આદિત્યો એટલે રાત્રીઓનું કાળ છે. તે કારણે તેમને નમસ્કાર હો. અપત્નો કરીને આ બધા મૃત્યુના કારણોને છૂટી પોતે પોતાને દીર્ઘજીવી બનાવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

## મૃત્યુર્થી સંરક્ષણ

કાંડ ૪, સૂક્ત ૩૫

(અર્થ- પ્રજાપતિ । દેવતા- અતિમૃત્યુઃ ।)

યમોદુને પ્રથમજા અતસ્ય પ્રજાપતિસ્તપમા બ્રહ્મણેડપચ્ચ ।

યો લોકાનાં વિષ્ટિર્નામિરેપાત્તેનોદુનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્ ॥ ૧ ॥

યેનાતરન્મૃતકૃતોડતિ મૃત્યુ યમન્વર્ષિન્દુન્તપસાં અર્ષણ ।

યં વપાચ્ચ બ્રહ્મણે બ્રહ્મ પૂર્વે તેનોદુનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્ ॥ ૨ ॥

યો દ્વાધાર પૃથિર્વી વિશ્વમોજસં યો અન્તરિક્ષમાર્પણાદ્રસેન ।

યો અસ્ત્રાદિર્વમુષ્ણો મદિક્ષા યેનોદુનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્ ॥ ૩ ॥

યસ્માન્માસા નિર્મિતાસ્તિવર્દરાઃ સંવત્સરો યસ્માન્નિર્મિતો દ્વાદશારઃ ।

અહોરાત્રા યં પરિચન્તો નાપુસ્તેનોદુનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્ ॥ ૪ ॥

અર્થ- ( અતસ્ય પ્રથમજા પ્રજાપતિ ) અત નિવર્તનો પહેલાં પ્રવર્તક પ્રજાપતિ ( બ્રહ્મણે યં મોદન લવણ ) બ્રહ્મના માટે જે બળને રાધે છે, ( યા લોકાનાં વિ-ષ્ટિ ) જે લોકોને વિશેષ ધારણ કરનારા છે અને ( ના અભિ રેવાત્ ) જે કદિ કાષ્ટને કાની પહેલાંડતો નથી, ( તેમ મોદનેન મૃત્યુ અતિ તરાણિ ) તે અન્યથી હું મૃત્યુને પાર કરીશ [ ૧ ]

યેન મૃત-કૃતઃ મૃત્યુ અતિતરન્ ) જેથી મૃતને બનાવનારા મૃત્યુની પાર થઈ ગયા ( યં તપસાં બ્રહ્મણે વપાચ્ચ ) જેને તપ અને પરિશ્રમથી પ્રાપ્ત કર્યો અને ( યં પૂર્વે બ્રહ્મ બ્રહ્મણે વપાચ્ચ ) જેને પહેલાં બ્રહ્મ બ્રહ્મના કારણે રાખ્યું ( સેન ) તે અન્યથી હું મૃત્યુને પાર કરે [ ૨ ]

( ય વિશ્વમોજસ પૃથિર્વી દ્વાધાર ) જે બળને ભોજન આપનારી પૃથ્વીને ધારણ કરે છે, ( યા રસેન અતરિક્ષં આ વૃણાત્ ) જે રસથી અતરિક્ષને ભરી દે છે, ( યા મદિક્ષા ઝરવ દિવ અસ્ત્રાત્ ) જે પોતાની મદિક્ષાથી ઉપર જ વૃણાને ધારણ કરી રહેલો છે, ( સેન ) તે અન્યથી હું મૃત્યુને પાર કરે [ ૩ ]

( યસ્માન્ વિશત્-અરાઃ માસા નિ-મિતઃ ) જેથી ત્રીસ દિવસોથી આરાઓથી મહિના બનાવ્યા છે, ( યસ્માન્ દ્વાદશ-અર સવત્સર નિ-મિતઃ ) જેથી બાર મહિનાથી આરાઓનું વર્ષ બનાવ્યું છે, ( પરિચન્તઃ અહોરાત્રા ય જ માપુ ) જનારા રાત અને દિવસ જેને પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી, ( સેન ) તે અન્યથી હું મૃત્યુને પાર કરે [ ૪ ]

સુબોધ - એણે સંપૂર્ણ રાત્ર અને અવિષ્ણવ નિષેઘનું વાધથી પહેલાં પ્રવર્તન કર્યું, તે પ્રજાપતિએ વિશેષ મહત્વ પ્રાપ્તિના માટે આ જ્ઞાનરૂપ વ્યવસ્થાર કર્યું છે, તે બળથી લોકોને વિશેષ રીતે ધારણ પામણુ કરે છે અને તેથી કાષ્ટને પશુ નારા થતો નથી આ જ્ઞાનથી હું મૃત્યુને દૂર કરે છું ( ૧ )

આ વડે મૃતને ઉત્પન્ન કરનારા મૃત્યુને પાર કરી ગયા જેની પ્રાપ્તિ વપ અને પરિશ્રમથી થાય છે અને જે પહેલાં બ્રહ્મ મહત્વ પ્રાપ્તિના માટે પરિપક્વ કર્યું છે જ્ઞાનથી હું પણ મૃત્યુને દૂર કરે છું ( ૨ )

એણે પૃથ્વીને ધારણ કરી, અતરિક્ષમા જળ ભરી દીધું અને વૃણાક ઉપર રિષભ કર્યો તે જ્ઞાનરૂપ આત્મથી હું મૃત્યુને દૂર કરે છું ( ૩ )

જેથી ત્રીસ દિવસોનો મહિનો અને બાર મહિનાનું વર્ષ બન્યું અને દરેક રાત્રે જમન કરનારા દિવસ અને રાત પણ જેને અત લવણ રાધ્યા નહિ, તે જ્ઞાનથી પક્ષ અન્યથી મૃત્યુને દૂર કરે છું ( ૪ )

યઃ પ્રાણદઃ પ્રાણદવાન્વમૂવ યસ્મૈ લોકા ધૃતવન્તઃ ક્ષરન્તિ ।

ઽપોર્તિષ્મતીઃ પ્રદિશો યસ્ય સર્વાસ્તેનૌદનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્ ।

॥ ૫ ॥

યસ્માત્પ્રકાદમૃત સંવમૂવ યો ગાયત્ર્યા અધિપતિર્વમૂવ ।

યસ્મિન્વેદા નિર્દિશા વિશ્વરૂપાસ્તેનૌદનેનાર્તિ તરાણિ મૃત્યુમ્

॥ ૬ ॥

અથ યાઘે દ્વિપન્તે દેવપીયું સપત્ના યે મેડપ તે મવન્તુ ।

બ્રહ્મોદનં વિશ્વજિત પચામિ શૃણ્વન્તું મે શ્રદ્ધાનસ દેવાઃ

॥ ૭ ॥

અર્થ— ( યઃ પ્રાણ-દ પ્રાણ-દ-વાન્વમૂવ ) ને જીવન આપનારે પ્રાણુના દાતાઓનો સ્વામી જ થયો છે, ( યસ્મૈ ધૃતવન્ત લોકા ક્ષરન્તિ ) જેના માટે ધૃતયુક્ત લોકો રસ આપે છે, ( યસ્ય સર્વાઃ પ્રદિશ ઽપોર્તિષ્મતી ) જેની બધી દિશા ઉપદિશાઓ તેજયુક્ત છે, ( તેનૌ ) તે બનથી હું મૃત્યુને પાર કરે [ ૫ ]

( યસ્માત્ પ્રકાત્ અમૃતં સંવમૂવ ) ને પરિપકવથી અમૃત ઉત્પન્ન થયું, ( ય ગાયત્ર્યા અધિપતિ યમૂવ ) ને ગાયત્રીના અધિપતિ થયો, ( યસ્મિન્ વિશ્વરૂપાઃ વેદા નિર્દિશા ) જેમાં બધા પ્રકારના વેદ રાખ્યા છે, ( તેનૌ ) તે બનથી હું મૃત્યુને પાર કરે [ ૬ ]

( દેવ-વીયું દ્વિપન્ત અથવા યાઘે ) દેવતાના નાશક શત્રુઓને હું ઠટાણુ છું ( યે મે સપત્ના તે અપ મવન્તુ ) ને મારા પ્રતિસ્પર્ધી છે તે દૂર થાય હું ( વિશ્વ જિતં બ્રહ્મોદનં પચામિ ) વિશ્વને જીતનાર જ્ઞાનરૂપ બન રાહુ છું ( દેવા શ્રદ્ધાનસ યે શૃણ્વન્તુ ) બધા દેવ શ્રદ્ધા ધારણુ કરનારા મારે આ બાપણુ સાંભળે [ ૭ ]

આવાર્થ— જેણે તે જીવનશક્તિ આપનારો છે અને જીવન આપનારાઓનો પણ ને સ્વામી છે, જેની તુષ્ટિ મટી જાય તો જગતના રસ પ્રવાહિત થયા છે અને જેના તેજથી બધી દિશાઓ તેજભર્ય બની ગઈ છે, તે જ્ઞાનરૂપ બનથી હું મૃત્યુને દૂર કરે છું ( ૫ )

ને પરિપકવ આત્માથી અમૃત ઉત્પન્ન થયું છે, ને વાણીના પતિ છે, જેમાં બધા પ્રકારનું જ્ઞાન રાખેલું છે તે જ્ઞાનરૂપ બનથી હું મૃત્યુને દૂર કરે ( ૬ )

દેવતાનો નાશ કરનારાઓને હું પ્રતિબદ્ધ કરે છું મારા પ્રતિસ્પર્ધીઓને પણ હું દૂર કરે છું અને જગતને જીતનાર જ્ઞાન રૂપી બન પરિપકવ કરે છું હું તેમાં શ્રદ્ધા રાખનારો છું, તેથી મારે આકથન બધા જ્ઞાનીલોક સાંભળે ( ૭ )

## મૃત્યુથી સંરક્ષણ

શ્રદ્ધાદન

‘બ્રહ્મ’ શબ્દ ‘બ્રહ્મ, બ્રહ્મર, આત્મા, જ્ઞાન’ વગેરેનો વૈયક છે અહીં વિશેષત જ્ઞાનવાચક છે ‘શ્રદ્ધાદન’ શબ્દ બનનો વાચક છે, તેથી ‘બ્રહ્મોદન’ શબ્દ ‘જ્ઞાનરૂપ’ બન એવો અર્થ બતાવે છે શ્રદ્ધાનું બન ‘જ્ઞાન’ છે શરીરનું બન એવા વગેરે આત્મ પદાર્થો છે હિન્દીઓનું બન તેના વિષય છે, મનનું બન વિચાર છે અને શ્રદ્ધાનું બન જ્ઞાન છે આત્મા સન્નિધાન દ સ્વરૂપ છે, તેમાં ‘ચિત્’ શબ્દ જ્ઞાનવાચક છે, એટલે તેથી સ્પષ્ટ થાય છે કે આત્મા

જ્ઞાન સ્વરૂપ છે, તેનો તાત્પર્યાર્થ એમ કે આત્માનો સ્વભાવ-ગુણ જ જ્ઞાન છે આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને એટલે તે ખાલ શ્રદ્ધા પ્રેર થાય છે

આત્માનો ગુણ જ્ઞાન હોવાથી તેની સાથે રહે એ સ્વાભાવિક છે ને પ્રકારે દીપ અને પ્રકાશ એકજિત રહે છે, તે પ્રકારે આત્માનો પ્રકાશ જ જ્ઞાનરૂપ છે તે કારણે જ તે તેની સાથે રહે છે દીપ કહો કે પ્રકાશ કહો તે બંને એકજ વાત છે વ્યવહારમાં એવી જ વાત છે, તે પ્રકારમાં વાત્યુ છું અથવા દિવા પાસે વાત્યુ છું બંનેનો અર્થ એકજ છે તે જ પ્રકારે,

‘ યાનથી યત્યુને પાર કૃં’ હું અથવા હું આત્મશક્તિથી યત્યુને પાર કૃં’ હું અથવા આત્માને યત્યુથી દૂર કૃં’ હું’ એનું તાત્પર્ય એકજ છે.

આ સ્વતંત્રતા ‘ બ્રહ્મોદયથી યત્યુને પાર કૃં’ હું’ ( લેજ બોદનન સતિતરાણિ સૂત્રું. મં. ૧-૬ ) આ વાક્ય ૭ વાર આવ્યું છે. તેનો આશય પણ પૂર્વેકિત પ્રકારનો સમજવો યોગ્ય છે. હું આત્માના યાનરૂપ ભાવથી યત્યુને દૂર કૃં’ હું’ યુગ્મ અને યુગ્મીનો બહેદ અન્યથા માન્ય કરી યુગ્મના વર્ણનથી યુગ્મીનું વર્ણન અઢી કર્યું છે. માટે ‘ પૃથ્વી, અંતરિક્ષ, દુર્યોહનો ધારક એ છે, આ ત્રીજા મંત્રનું વર્ણન સાધ્ય થાય છે. કારણ કે પરમાત્માએ આ ત્રણે લોકોને ધારણ કર્યાં છે, તે વિશે ક્રોધને ક્રોધ ભાવની ક્રંદા નથી પણ અઢી કહ્યું છે કે બ્રહ્મોદયને ત્રિભુવોને ધારણ કર્યાં છે, યાનરૂપ ભાવથી ત્રિભુવોનું ધારણ થયું છે. એટલે યાન જેનો યુગ્મ છે તે પરમાત્મા વડે ત્રિભુવોનું ધારણ થયું છે, આ અર્થ દબે આ રચીકરણથી રચાયેલો.

આ દૃષ્ટિથી ત્રીજા, ચોથા અને પાંચમા મંત્રોનો આશય ભણવો યોગ્ય થશે—

‘ જેનું જ્ઞાન યુગ્મ છે તે આત્માએ પૃથ્વીને ધારણ કરી છે. અંતરિક્ષમાં જળ ભર્યું છે અને આકાશને ઉપર સ્થિર રાખ્યું છે. ( મં. ૩ ) તે આત્માથી સૂર્ય-ચંદ્ર વગેરેની ગતિ ચક્ર દિવસ, રાત્રિ, વરસ અને છે, પરંતુ આ કાળના અવધરો કાળને માપવા છતાં પણ તે પરમાત્માનું માપ કાઢવામાં અસમર્થ છે. ( ૪ ) તેજધાને જીવન આપે છે, અને બધા અન્ય જીવન આપનારાઓને તે ધસ છે, એટલે તેની શક્તિ પ્રાપ્ત કરીને જ તે જાંબને જીવન આપવામાં સમર્થ થાય છે. બધા પદાર્થગતિમાં જે રસ ઉત્પન્ન થાય છે તે જેને એકજ સમયે પ્રાપ્ત થાય છે અને બધા જગત્કી દિક્ષા ઉપદિક્ષાઓ જેના તેજથી તેજસ્વી બને છે, તેના યાનાયતથી પુષ્ટ થતો હું યત્યુને દૂર કરું’ હું. ( મં. ૫ )

આ ત્રણ મંત્રોનો આશય છે આ મંત્રોમાં યુગ્મોના વર્ણન-

થી યુગ્મીનું વર્ણન કર્યું છે. એટલે તે આત્મામાં જે રસ જાયો છે તેને પ્રાપ્ત કરી અમર બનવું છે અને યત્યુને દૂર કરવો છે.

અમૃતની પ્રાપ્તિ

પછી છાં મંત્રમાં કહ્યું છે કે, ‘ વરમાત્મવાત્સલ્યમ્ સંક્રમ્ય ( મં. ૬ )’ જે પ્રતિપાદ આત્માથી અમૃત દિવ્ય થયું તે અમૃતને પ્રાપ્ત કરી હું યત્યુને દૂર કરું’ હું. આ વાત રચણ છે કે પરમાત્મા બધાથી અધિક પરિપાકવ, પુણ્ય, રસમય, અને અમૃતરસ યુક્ત છે તેમજ તેનું પાન કરી બીજા બધા લોકો તૃપ્ત થાય છે, આજ ત્રાયનું સ્થાન કરનારી ( ત્રાય-ત્રી ) વાગેલીને અધિપતિ છે, માટે તેમાં જગા જેલો રાખ્યા છે, જેમાં વાણી રહે છે, તેમાં જ વેદ રહે છે આ છાં મંત્રનું કથન દબે રચણ થયું છે.

આત્મશુદ્ધિ

આત્મા મંત્રમાં આત્મશુદ્ધિ ઉપર ધજોનાર આપ્યો છે, તેનો આશય એમ છે— ( ૧ ) દેવોના નિંદોને કરવા, ( ૨ ) પ્રતિરૂપધર્મોને દૂર કરવા, ( ૩ ) કલ્પ ઉપર બહા રાખવી ( ૪ ) અને વિશ્વમાં વિશ્વ માટે આ બ્રહ્મયાનરૂપી અમને પકાવી પછી બીજાઓની કાષ્ટ પોતે જેનું સ્થેવન કરવું, તેથી અનુષ્ઠની ઉત્પત્તિ થશે અને તે યત્યુને દૂર કરી કાઢશે, તેમાં ક્રોધ કંદા નથી દેવની નિંદા કરવાથી અઢાલીન વિચાર પોતાના મનમાં ઉત્પન્ન થવા તેમજ કાંઈકાંઈ વિરોધીભાવ મનમાં આવ્યા તો તેમને દૂર કરવાથી આત્મશુદ્ધિ થાય છે અને અન્ય અઢા ધારણ કરવાથી ઉત્પત્તિ થાય છે. આ રીતે અનુષ્ઠ શુદ્ધ અને પવિત્ર યજ્ઞ યત્યુને કૃં કરી કહે છે.

તપ

આ બુધ્ધ તપથી, આચરણ સાફ રાખવાથી અને પરિ-અમર્થ સાધ્ય બની કહે છે, જે તપ કરશે અને આત્મોદ્ધારના માટે તપ કરશે તે પોતાનો ઉદ્ધાર કરી કહે છે. આ બીજા મંત્રનું કથન આનમાં ધારણ કરી વાચકો તપાચરણ દ્વારા પોતે પોતાને પવિત્ર કરી યત્યુને દૂર કરશે તો તેમનું જીવન સફલ થશે

અર્થવેદનો સુબોધ અનુવાદ ( ચોથો ભાગ )

‘ દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય ’

## સુ ભા પિ તો

કાંડ ૧૧૧૪

૧ પ્રાણાયજ્ઞો યસ્ય સર્વે દદે ચયો-પ્રાણુને નમરકાર છે તેના આધીન આપણુ છે. ( ૧ )

૨ યસ્મિન્ સર્વે પ્રતિષ્ઠિત- એ પ્રાણુમાં બધુ રહ્યું છે. ( ૧ )

૩ યદા પ્રાણઃ સર્વેણ પૃથિવીં પ્રચયધર્મીન્, તત્ પથય- પ્રમોદન્તે, ના લે મહઃ મધિષ્યતિ- જ્યારે પ્રાણુ પૃથિ દ્વારા પૃથ્વી પર વર્ષા કરે છે, ત્યારે પશુઓને આનંદ થાય છે, તે હવે અમને પુષ્કળ અન્ન મળશે. ( ૫ )

૪ હે પ્રાણ ! તુ દર્શ મમ - હે પ્રાણુ તારા માટે હું નમરકાર કરૂં છું. ( ૮ )

૫ હે પ્રાણ ! યત્ ત્વમેવજ, ન-જીવસે ઘેહિ- હે પ્રાણુ ! તારી પાસે જે ઔષધ છે, તે અમારા દીર્ઘજીવન માટે અમને આપ ( ૬ ).

૬ પ્રાણા તન્મમા- પ્રાણુ જીવનશક્તિ છે. ( ૧૧ )

૭ પ્રાણ સત્ત્વવાદિનં ઉત્તમે લોકે મામરત્- પ્રાણુ સત્ત્વવાદીને ઉત્તમલોકમાં પહોંચાડે છે. ( ૧૧ )

૮ પ્રાણઃ ધિરાદ્-પ્રાણુ વિશેષ તેજસ્વી રાત્ન છે. ( ૧૨ )

૯ પ્રાણ સર્વે ઉપાસતે- પ્રાણુની બધા ઉપાસના કરે છે. ( ૧૨ )

૧૦ યદા રથ પ્રાણ જિગ્વસિ, ગથ સ્વજાયતે પુન - હે પ્રાણુ ! જ્યારે તું પ્રેરણા કરે છે, ત્યારે તે જીવ ફરીથી ઉત્પન્ન થાય છે. ( ૧૪ )

૧૧ ભાતાઃ દ્વ પ્રાણ ઇચ્ચતે- વાણુને જ પ્રાણુ કરે છે. ( ૧૫ )

૧૨ મૂતં મન્ય સર્વે પ્રાણે પ્રતિષ્ઠિતમ્- કમળુ બ્રહ્મ બળિષ્ઠ પ્રાણુમાં રહ્યું છે. ( ૧૫ )

૧૩ હે પ્રાણ ! યદા જિગ્વસિ માધર્ષણીઃ ભાગિરત્નીઃ- વૈવીઃ મનુષ્યજા ઝોપધય પ્રજ્ઞાવન્તે- હે પ્રાણુ ! જે સમયે તું પ્રેરણા કરે છે, તે સમયે આયર્ષભૂમિ, અગિરત્ની, વૈવી અને માનવી ઔપધિઓ કામમાં આવે છે. ( ૧૬ )

૧૪ યસ્મિન્ પ્રતિષ્ઠિત અસિ તસૈ સર્વે બલિ હરાન્- જેમાં પ્રાણુ રહે છે એને જ સધળા નસિ સમર્પણુ કરે છે. ( ૧૮ )

૧૫ પ્રાણ મા અનુતિષ્ઠતુ-પ્રાણુ મારી ન દર રહે. ( ૨૫ )

૧૬ પ્રાણ મા મત્ પર્યાવૃત - હે પ્રાણુ ! મારાથી તું દૂર ન થઈશ. ( ૨૬ )

૧૭ મદન્ય ન મધિષ્યસિ- મારાથી પૃથક ન થા. ( ૨૬ )

૧૮ પ્રાણ વદ્ધામિ ત્વા મયિ- હે પ્રાણુ ! હું તને મારામાં બાંધી છું. ( ૨૬ )

કાંડ ૮૧૨

૧ તે પ્રાણાઃ અપાનાઃ દ્વ રમન્તામ્- તારા પ્રાણુ અને અપાના તારામાં રમતા રહે. ( ૧ )

૨ અયં પુરુષ અનુના સદ્ દદ્ અસ્તુ- આ પુરુષ પ્રાણુની સાથે અહીં રહે. ( ૧ )

૩ હે પુરુષ ! ઉત્ક્રામ મા મવપર્યાઃ- હે પુરુષ ! તું ઉપર ચઢ, નીચે ન પડ. ( ૪ )

૪ મૃત્યો પદ્વીર્શં બવમુચ્ચમાનઃ- જ્ઞાનના બંધનથી પોતે પોતાને છોડાવે. ( ૪ )

૫ ત્વાં મૃત્યુઃ ક્વચ્ચતાં- તારા ઉપર જ્ઞાન રહ્યા કરે. ( ૫ )

૬ મા પ્રમેષ્ઠા - જ્ઞાન નહિ પામ. ( ૫ )

૭ ડયાને તે પુરુષ ! નાથવાને- હે પુરુષ ! તારી  
ઉત્તિ થાય, ક્યારે મ અવનતિ ન થાય. (૧)

૮ તે જીવાતું વક્ષતાતિ કૃનોમિ- તને શ્વન અને  
અળ અપ્યું છું. (૧)

૯ હમં અમૃતં સુલં રથં આરોહ- એ અમર સુખાશ્વી  
રથ પર ચડ. (૧)

૧૦ તે મતા તજ માગાત્- તારૂં મન અચળ વિચારેમાં  
ન ભાય. (૭)

૧૧ જોએચ્ચ મા યમદા- શ્વેના સંબંધમાં યમદ  
ન કરે. (૭)

૧૨ વિશ્વે દેવાઃ ત્વા અમિરક્ષન્તુ- બધા દેવો તારી  
રક્ષા કરે. (૭)

૧૩ ગતાનાં મા આદિધીષાઃ- યુગ્મેલાઓનો શોક  
ન કરે. (૮)

૧૪ તમસા જ્યોતિઃ આરોહ- અન્ધકારને ત્યજી  
પ્રકાશમાં ચડ. (૮)

૧૫ વરાહમનાઃ મા તિષ્ઠ- વિરૂઢ દિક્ષામાં મન રાખી  
ન રહે. (૮)

૧૬ વત પન્થાં મા અનુગાઃ, સીમાઃ પ્વા- એ માગે.  
થી નહિ ભા, આ કાપેર માગે છે (૧૦)

૧૭ વતત્ તમાઃ મા મંવત્યાઃ- આ અન્ધકારનો માગે  
છે એના પરથી નહિ ભા. (૧૧)

૧૮ સંકસુકાત્ આરાત્ ચર- નાક કરેલાવળાથી  
દૂર રહે. (૧૨)

૧૯ યોધક ત્વા પ્રતિયોધક રક્ષતાં- યાન અને  
વિદ્યાન તારી રક્ષા કરે (૧૩)

૨૦ અસ્થપ્નઃ રાગધદ્રાગઃ રક્ષતાં- સુસ્તી અને  
કાપે લપરતા તારી રક્ષણ કરે. (૧૦)

૨૧ મોવાયન્ વ આરુધિઃ વ ત્વા રક્ષતામ્- રક્ષક  
અને અગવાઓ તારી રક્ષા કરે (૧૩)

૨૨ મા ત્વા પ્રાણો ચલં દાસીત્- પ્રાણ તારૂં બળ  
ઝાણું ન કરે. (૧૫)

૨૩ જમ્મઃ સંઘન્તુઃ ત્વા મા વિદત્- વિનાશ અને  
ખાતક તને પ્રાપ્ત ન કરે. (૧૧)

૨૪ તમાઃ ત્વા મા વિદત્- અન્ધકાર તારા ઉપર ક્યારે  
ન પથરાય. (૧૧)

૨૫ સ્વસ્તયે ત્વા હઙ્ગરન્તુ- કલ્યાણ માટે તને ઉચ્ચ-  
તાની પાસે લઇ નીંધ. (૧૬)

૨૬ સદ્દેવયોયેણ હમં મૃત્યોઃ ઉત્પારવામસિ-  
દેવતા બળેથી એને અમે મૃત્યુથી પાર કરીએ છીએ. (૧૮)

૨૭ પુનઃ આગાઃ, પુનર્જન્મઃ- ઘૂં પાછો આવી, નવે  
ધમને આવ્યો છે. (૨૦)

૨૮ ત્યત્ તમાઃ હવતાત્- તારાથી અન્ધારૂં દૂર થયું  
છે. (૨૧)

૨૯ તે જ્યોતિઃ અમૃત્- તારો પ્રકાશ હેલાઇ રહ્યો  
છે. (૨૧)

૩૦ ત્યત્ નિશ્ચતિ મૃત્યું અપ નિશ્ચમસિ- તારાથી  
દુર્ગતિ અને મૃત્યુને દૂર દેરાવીએ છીએ. (૨૧)

કાંડ ૮.૧૨ :

૧ તે જરદષ્ટિઃ અણિષમાતા અન્તુ- તારૂં શ્વન  
જદાવરથા સુધી અનિહિન રીતે રહે (૧)

૨ તે મણ્ઠે આયુઃ પુનઃ આમરામિ- તારી અંદર ઠું  
ફરીથી પ્રાણ અને આયુને કરી દઈ છું. (૧)

૩ તમાઃ મા હવતાઃ- અઘાન પાસે નહિ ભા. (૧)

૪ જીવતાં જ્યોતિઃ અર્ચાન્ અમિ વેદિ- શ્વિત  
આનવોની જ્યોતિને પાસે ઠું ભા. (૨)

૫ ત્વા શત-શારદાય મા હરામિ- તને સૌ વર્ષની  
આયુ માટે લઇ આપું છું. (૨)

૬ મૃત્યુ-વાનાન્ અશક્તિઃ અવમુચ્ચન્, તે પ્રાણીયઃ  
આયુઃ પ્રતરં દયામિ- મૃત્યુના પાક અને અમશક્તતાને  
દૂર દેરાવીને તારા માટે ઉત્તમ દીર્ઘ આયુને આપું છું. (૨)

૭ અયં જીવન્તુ મા મૃત- એ શ્વિત રહે, ખરે  
નહિ (૫)

૮ હે મૃત્યો ! પુરુષં મા વધ્યે- હે મૃત્યુ ! આ પુરુષને  
ન માર. (૫)

૯ હુરિતં અપસિચ્ય, આયુઃ ધૃસ્- પાપને ત્રી કરીને  
એના માટે દીર્ઘ આયુ ધારણ કર. (૭)

૧૦ અરિષ્ઠઃ સર્વોઽઃ અરસાં શતદાયન્ વાતમના  
શુરં અનુતાં- પીઘરદિત, બધા બળેથી પુત્ર, જદાવરથા-  
માં સૌ વર્ષથી પુત્ર થઈને પોતાની કલિનથી ભોગીને પ્રાપ્ત  
કર. (૮)

૧૧ ત્વા મૃત્યોઃ વત્ અપીપરં- તને મૃત્યુથી ઉપર  
ઉઠાવો છે. ( ૯ )

૧૨ અસ્મે બ્રહ્મ વર્મ કુળમસિ- એના માટે જ્ઞાનનું  
કવચ કરે છે. ( ૯ )

૧૩ તે દીર્ઘ આયુઃ સ્વસ્તિ કુળોમિ- તારા માટે  
દીર્ઘ આયુ કરવાયુષ્કરે છે. ( ૯ )

૧૪ વૈવસ્વતેન પ્રહિતાન્ ચરતઃ સર્વાન્ યમદૂતેન્  
અપસેષામિ- યમથી પ્રેશપેશા બધી જગ્યાએ ફરવાવાળા  
યમદૂતોને હું ફર કરે છે. ( ૧૧ )

૧૫ અશતિ નિર્ઋતિ પ્રાહિં સર્વે ધુર્ભૂતં તવ પરઃ  
સારિત્વ અપહ્નમસિ- ધુર્ભૂતિ, યોગ સર્વ અહિતકારક  
ને છે તે બધું ફર કરે છે. ( ૧૨ )

૧૬ અમૃતઃ ન રિપ્યા- અમર થઇને નાશ ન  
થા. ( ૧૩ )

૧૭ કુરેણ મૃતેજસા કેશમ્મહુ વપસિ મુચં શુર્મ-  
તેજ અસ્તરથી બધાને તું કેશ દાકિની હનનકાર કરે છે ત્યારે  
શુભ મુરરે દેખાય છે. ( ૧૯ )

૧૮ સર્વે તે અન્નં અવિષ કુળોમિ- તારાં બધું અન્ન  
હું નિર્વિષ બનાવું છું ( ૧૯ )

૧૯ અરાયેમ્યો જિહ્વાતુમ્યઃ હમં પરિરક્ષય- જ્ઞાન ન  
આપનારા હિંસાથી એની રક્ષા કરે. ( ૨૦ )

૨૦ વર્ષાણિ તુમ્યં સ્પોનાનિ- વર્ષ તમારા માટે  
સુખદાયી થાય. ( ૨૩ )

૨૧ સ અરિષ્ટઃ ન મરિપ્યસિ, મા વિમેઃ- અહિંસિત  
મૃત્યુ. તું મરશે નહિ, ડર નહિ. ( ૨૦ )

૨૨ અર્ષો વૈ તત્ર ઝીવતિ, યત્રેદં બ્રહ્મ ક્રિયતે-  
બધા ત્યાં જીવિત રહે છે જ્યાં આ જ્ઞાન પ્રથત થાય  
છે. ( ૨૫ )

૨૩ અમઃપ્રિઃ અમૃતઃ મતિઝીવ- અક્ષીયુ, અમર થઇને  
દીર્ઘજીવી થા ( ૨૬ )

૨૪ અસવઃ તે શરીરં મા હાસિયુઃ- પ્રાણ તારા  
શરીરને ન છોડે. ( ૨૬ )

૨૫ રક્ષોદ્ધા અસિ, સપત્નદ્ધા, અમીવચ્ચાતનઃ-  
શક્તિ, શત્રુઓ અને શત્રુઓને મારનાર તું છે. ( ૨૬ )

કાંડ ૭. ૫૩

૧ દેવાનાં મિષઝૌ શચીમિઃ મસ્મત્ મૃત્યુ પ્રત્યો-  
દતામ્- દેવાનાવૈવ પોતાની ઝકિનથી મૃત્યુને ફર કરે. ( ૧ )

૨ પ્રાણાપાનો ! સંક્રામતામ્- હે પ્રાણ અને અપાના  
આ શરીરમાં ઉત્તમ પ્રકારથી સંચાર કરતા રહો. ( ૨ )

૩ શરીરં મા અહીતં- આ શરીરને ન છોડો. ( ૨ )

૪ વર્ધમાનઃ શરદઃ શતં ઝીવ- વધતો એવો તું સો  
વર્ષ જીવિત રહે. ( ૨ )

૫ હમં પ્રાણઃ મા હાસીત્- એને પ્રાણ ન છોડો. ( ૪ )

૬ અપાનઃ અવદાય પરા મા ગાત્- અપાન એને  
છોડીને ફર ચાલી ન જાય ( ૪ )

૭ સતર્પિમ્યઃ પનં પરિદ્વામિ, તે પનં જરસે  
સ્વસ્તિ વદન્તુ- સત્તરપિઓને હું એમને સોપું છું, તેઓ  
એને વૈદ્યવરચામાંથી સુખપૂર્વક લઇ જાય. ( ૪ )

૮ હહ અરિષ્ટઃ વર્ષતાં- અહીં નષ્ટ ન થતાં એ વધતો  
રહે ( ૫ )

૯ તે યક્ષં પરા સુવામિ- તારામાંથી યક્ષમરોગ છ  
કરે છે. ( ૬ )

કાંડ ૭. ૩૩

૧ અયં મા પ્રજયા ધનેન સિંચતુ ચ મે દીર્ઘમાયુઃ  
કુળોતુ- એ મને પ્રજા અને ધન આપે અને મારાં આયુષ્ય  
દીર્ઘ કરે. ( ૧ )

કાંડ ૫. ૩૦

૧ પ્રત્યક્ષ મેષઝં સેષસ્વ ત્વાં જરદર્ષિ કુળોમિ-  
ઓષધનું યોગ્ય રીતે સેવન કરે, વૈદ્યવરચા સુધી તને હું  
પહોંચાડું છું. ( ૫ )

૨ મા વિમેઃ, નઃ મરિપ્યસિ, ત્વાં જરદર્ષિ કુળોમિ  
- ડર નહિ, તું મરશે નહિ, તને વૈદ્યવરચા સુધી પહોંચાડું  
છું. ( ૮ )

૩ નિરવોચં અહં યક્ષમં અંગેમ્યો અંગજવરં તપ- હું  
તારા અંગોમાંથી યક્ષમરોગ અને જ્વર ફર કરે છું. ( ૮ )

૪ ક્રપી ષોઘ-પ્રતિવોધૌ અસ્યમો યક્ષ જાગૃતિઃ,  
તી તે પ્રાણસ્ય મોસારી, વિદ્યા નયતં ચ જાગૃતામ્-  
બોધ અને પ્રતિબોધ એ જને ઋષિ છે, એક નિદ્રારહિત



(૨૧૪)

અધ્યવેદનો મુખોપ અનુવાદ - દીર્ઘ છવન અને આરોગ્ય

૩ અને બીજે બંને છે. એ બંને નામ પ્રાણના રસ છે,  
એ રાત્રીના તારી બંને બંધન રહે (૧૦)

૫ નર્મીલાદ્ય દુષ્ણાત્ મમ્ભા મુષ્ણો પરિ ઉદેદિ-  
તદ દાગા અપારણી મુષ્ણાયા મી ઇષ્ટને પ્રાપ્ત  
મા. (૧૧)

૬ મા પ્રવા જરણો મુષ્ણા-૧૬૫૨યાની પહેલાં મુષ્ણ  
પાપીસ નદિ. (૧૨)

કાંડ ૫:૩૬; કાંડ ૫:૨૮

૭ શતશાસ્ત્રાય વીર્ષાપુરવાય મય પ્રાણાન્નનયમિ  
સ્મિતીતે-સો વર્ષના દીર્ઘાયુને માટે નવ પ્રાણોને નવ  
પ્રદિશાની સાથે સમાનતાથી ભેડે છે (૧)

૮ વર્ષ દધાતુ મુમનસ્યમાર્ગ-શુભિઆરુણ મનુ  
બળ ધારણ કરે (૫)

૯ દિરણ્ય આયુરે ત્રિવૃદ્ધ્યુ-ચરણ મુષ્ણુએવાણુ  
યધને તાય આયુષ્યને વધારનાર સાથે (૬)

૧૦ દિવર્તા ઉચ્ચતઃ મય-૬૫ કરનારાઓથી વધુ થય  
યા (૧૦)

૧૧ મિદ્ધત્ સપ્તાન્ન અધરાશ્ચ કુષ્ઠત્ આરોહ  
મહતે સ્ત્રીમગાય-વેદિઓને ઊંચ ઊંચ કરીને અને તેમને  
નીચા પાંદીને મોટા કોશમાં માટે ઉપર ચડે (૧૪)

કાંડ ૩:૧૧

૧ મુશ્ણામિ ત્યા હવિષ્યા જીવનાય અજાતવક્ત્રાત્  
હત રાજવક્ત્રાત્-અજાત રાજથી અથવા રાજવક્ત્રાથી  
તને હવન દાગા ઊંચાણુ અને દીર્ઘ છવન પ્રાપ્તુ છુ (૧)

૨ વદિ ક્ષિતાયુઃ, વદિ વા પરેતા, વદિ મૃત્યોઃ  
અગ્નિકં નીત યવ, ત માદરામિ નિર્કતેઃ વપસ્થાત્,  
અસ્થાયેણ શતશાસ્ત્રાય-એ એવું આયુષ્ય સમાપ્ત  
થયું હોય, અથવા એ મૃત્યુની નજીક પહોંચ્યો હોય, તેનો  
વિનાશની પાસેથી લાગુ છુ અને એ સો વર્ષ જીવિત એવુ  
કરે છુ. (૨)

૩ સહજાક્ષેણ શતયર્ચેણ શતાયુષા હવિષ્યા  
માદાર્ય વન-સે ક્ષે સકિતવળા, સો વીર્યેથી પુકત અપા, કરનાવળા  
હવનથી એને એ પાછો આવેથી છે. (૩)

૪ શતં જીવ શરદો વર્ષમાના-પ્રગતિ કરતો સો  
વર્ષ જીવિત રહે (૩)

૫ વિશ્વસ્ય સુરિતસ્ય પારં ભાતિનવાતિ-આ હવન  
જ્યા પાપોથી પાર લઈ લય છે. (૪)

૬ પ્રાણપાત્રા પ્રવિદ્વાન-પ્રાણ અને અપાન એમાં  
પ્રવિદ્ થાય. (૫)

૭ મન્યે શતં મૃત્યવઃ વિષયત્-બીજ સો મૃત્યુઓ  
એનાથી દૂર થાય. (૫)

૮ પ્રાણાપાત્રી, રહ યય સ્તં, રહ મા અપગાત-હે  
પ્રાણ અને અપાન! અદિ રહે, એનાથી દૂર ન થાવો. (૬)

૯ શરીરસ્ય સંગાનિ જરસે વહસ્-શરીરના અંગોને  
૧૬૫૨યા મુખી લઈ લેવો. (૬)

૧૦ જરાય ત્યા પરિ દશમિ-તને વૃદ્ધાવસ્થાને, માટે  
સાધુ છુ (૭)

૧૧ જરા ત્યા મદ્રા મેદ-તને ૧૬૫૨યા મુખ  
આપે (૭)

કાંડ ૨:૨૬

૧ અસી આયુઃ ચેદિ-એના મારે આયુષ્ય આપ. (૨)

૨ અયે શત શરદઃ જીવાતિ-એ સો વર્ષ જીવિત  
રહે (૨)

૩ અય સહસા કેવાનિ અવન્-એ પોતાના સામર્થ્ય-  
થી રહેને છતે છે (૩)

૪ અપ્યાન્ સપ્તાન્ન અધરાશ્ચ કુષ્ઠાન્ન-બીજ  
અન્નઓને નીચા કરે છે. (૩)

૫ અનમોવો મોદિયોષ્ઠાઃ સુવર્ચા-નીરીશો અને  
શકિતશાળી થયને આનંદિત બની જાયો. (૬)

કાંડ ૨:૨૮

૧ અન્યે શતં મૃત્યવઃ દમં મા દિસિયુ-બીજ અન્ય  
સે ક્ષે મૃત્યુ એને ન મારે (૧)

૨ જરામૃત્યુ કુણ્ણતા-૧૬૫૨યાની ૫મી પ્રાણુ થાય  
એવુ કરીએ (૨)

૩ એમે પ્રાણો દાસીન્, મો અવન-એને પ્રાણુ અને  
અપાન ઊંચી ન રે (૩)

કાંડ ૧:૩૫

૧ દાસ્યાયણ દિરણ્ય તે વપ્રામિઃ આયુરે વર્ષેએ  
વલ્લાયઃ વીર્ષાપુરવાય શતશાસ્ત્રાય-આ મુષ્ણુ તને  
બાધુ છુ, આયુષ્ય, તેજ, બળ, દીર્ઘાયુ અને સો વર્ષનું છવન  
તને પ્રાપ્ત થાય (૧)

૨ યો વિભર્તિ દાક્ષાયણં દિરણ્યં સ દીર્ઘં આયુઃ  
કુણ્ણુતે- જે શરીર પર દાક્ષાયણ સુવર્ણ ખાતુ કરે છે તે  
દીર્ઘ આયુ પ્રાપ્ત કરે છે ( ૧ )

કાંડ ૧।૩૦

૧ તે કુણ્ણુત જરસમાયુઃ અમ્મૈ- તેઓ પૃથ્વીપરથી  
આયુ એના માટે કરે. ( ૩ )

૨ શતમમ્યાન્ મૃત્યૂન્ પરિવૃણક્તુ- સોભીભ મૃત્યુ  
એને દૂર કરે. ( ૩ )

કાંડ ૭।૬૪

૧ વિદ્યાઃ સંમનસસ્કરત્- પ્રભાજનોને ઉત્તમ મનવાળા  
કરે. ( ૧ )

કાંડ ૭।૬૯

૧ અહામિ શં ભવન્તુ ના, શં રાત્રીઃ પ્રાતેષીયતાં,  
હવા ન શં વ્યુચ્છન્તુ- દિવસ, રાત્રિ તથા ઉષા અમારા  
માટે કલ્યાણકારી અને. ( ૧ )

કાંડ ૧।૨૬

૧ હેતિ અસ્દ આરે અસ્તુ- શબ હમારાથી દૂર  
રહે. ( ૧ )

૨ મૃદત, મૃદય ન. તનૂસ્થઃ, તોકેસ્થઃ મથઃ કુષ્ઠિ-  
અમને સુખી કરો, અમારા શરીરને સુખ આપો, અમારા  
પુત્રોને સુખ આપો ( ૪ )

કાંડ ૧।૫૬

૧ યઃ નઃ અશપતઃ શપાત્, શપતો યશ્ચ નઃ શપાત્,  
મૂલાત્ અન્તુ કુપ્યન્તુ- અમે શાપ નહિ આપનારાઓને જે  
શાપ આપે, શાપ આપનારાઓને પણ જે શાપ આપે, તે  
મૂળમાંથી સુકાઈ જાય. ( ૧ )

કાંડ ૭।૪૭

૧ કિકિતુવી રાયસ્વર્ણ નઃ અથ દધાન્તુ- શાન-  
વાળી અમને ધન અને પૈસણ આજે આપે. ( ૨ )

કાંડ ૭।૮

૧ હમં સર્વવીરં આરે શત્રુ કુણ્ણુહિ- એ બધા વીર  
પુત્રોને શત્રુથી દૂર કરે. ( ૧ )

૩૪ [ અથર્વ. ૪ ]

કાંડ ૪।૩૧

૧ શત્રુન્ હત્વાય વેદઃ વિમજસ્વ- શત્રુઓને મારીને  
ધનને વહેંચી દે. ( ૨ )

૨ ઓજઃ વિમાનઃ મૃચઃ વિનુવસ્વ- પોતાના બળનું  
માપ કાઢી શત્રુઓને હરાવી દે. ( ૨ )

૩ અભિમાર્તિ સદસ્વ- શત્રુને પરાભૂત કરે. ( ૩ )

૪ શત્રુન્ રજન્ મૃગન્ પ્રમૃગન્ પ્રેદિ- શત્રુઓને  
બેદતો, મારતો અને કૃત્યતો આગળ વધે. ( ૩ )

૫ વિશં વિશં યુદ્ધાય સં શિશાધિ- પ્રત્યેક પ્રભ-  
બળને યુદ્ધને માટે શિક્ષિત કરે. ( ૪ )

૬ વશી વશં તયાસૈ- તું પોતે સંયમી બનીને શત્રુને  
પોતાના વશમાં કરી શકે છે. ( ૩ )

૭ ઉત્તરં સદઃ વિમર્ષિ- અધિક ઉત્તમ બળ ધારણ  
કરે છે. ( ૧ )

૮ મહા ઘનસ્વ સર્જનિ વધિ- મોટું ધન પ્રાપ્ત  
કરાવનારા યુદ્ધમાં તું બળ. ( ૧ )

૯ સંયુદ્ધં સં આહુતં અરમમ્યં ઘર્ષા- ઉત્પન્ન કરેલું  
તથા પ્રાપ્ત કરેલું ધન અમને આપ. ( ૭ )

૧૦ હવયેષુ મિયઃ વધાનાઃ શપ્રથઃ પરાજિતાસઃ  
અપ નિલયન્તા- હવયમાં ભય ધારણ કરીને શત્રુ પરાજિત  
થઈને દૂર નાસી જાય ( ૭ )

કાંડ ૪।૩૨

૧ શિર્ષં સદઃ ઓજઃ આનુવક્ વ્યુદ્યતિ- તે બધા બળ  
અને સામર્થ્યને નિરંતર પુષ્ટ કરે છે. ( ૧ )

૨ ત્વયા યુજા દાસં આર્યં સાસહ્યામ- તારી સહાય-  
થી અમે દાસો અને આર્યોને પરાજિત કરીશુ ( ૧ )

૩ હે મમ્યો! સર્જોષા તપસા નઃ પાર્દિ- હે ઉત્સાહ!  
પ્રીતિથી યુદ્ધત થઈ તાર તપથી અમારી રક્ષા કરે. ( ૨ )

૪ તપસા યુજા શત્રુન્ વિજહિ- તપથી યુદ્ધત થઈને  
તું શત્રુઓને જીત ( ૩ )

૫ અમિત્રહા વસ્યુહા વિશ્વા વસ્યનિ નઃ આમર-  
શત્રુને અને દુષ્ટોને મારીને બધું ધન અમારા પાસે ભરી  
દે. ( ૩ )

૬ ત્વં અમિત્રલોજા સ્વયંમુઃ ભામઃ અભિમાતિ-  
વાહઃ વિશ્વચર્વણિઃ સદુરિ- સહીયાન્ પૃતનાહુ

યદમાસુ ઓજ. 'ઘેદિ- તુ વિજ્યથી બળથી યુક્ત, યેનાની  
ચેતિતથી યુત, તેમજથી, યનુનો પરાશય કરનારો, બધા  
બળોનું દિન કરનારો, સામર્થ્યવાન, યનુને શ્રુતવાવાળો બનીને  
મુક્તો સમયે અમારામાં સામર્થ્ય રહે એવું કર. ( ૪ )

૭ યદ્યુન હનાય- અથે બને મળીને યનુઓનો વધ  
કરીયું. ( ૧ )

કાંડ ૨૧૫

૧ શ્રઘ્ન ચ શ્રઘ્ન ન વિમીતઃ સં રિપ્યતાઃ- બાહ્ય  
અને ક્ષત્રિય હતા નથી એટલા માટે જ વિનેષ્ટ થના નથી ( ૪ )

કાંડ ૨૧૬

૧ ઓજ સહા વર્લે આયુઃ શ્રોઞ્ઞં ચશ્નુઃ પરિવાળં  
મે દા- સામર્થ્ય, સાહસ, બળ, આયુ, શ્રવણશક્તિ,  
દર્શનશક્તિ, સરક્ષણશક્તિ અને આપ ( ૧-૭ )

કાંડ ૨૧૭

૧ યેન અસુરાણાં ઓજાંસિ આયુઃપિણ્યં તેન ન  
શમં વચ્છત- જેનાથી અસુરાના સામર્થ્યને ધેરી લેવાય  
છે, તે ક્ષતિથી અગને સુખ આપો. ( ૩ )

કાંડ ૨૧૮

૧ હે ક્ષતાવરિ ક્ષતજાતે ઓવધિ! મધુલા, મે  
મધુ કરા- હે ક્ષતપાલક સામર્થ્ય ઉત્પન્ન થએલી અવધિ!  
તુ મીઠી છે, તેવો અને મીઠો કર ( ૧-૧૨ )

કાંડ ૨૧૯

૧ પ્રથમં આયુઃ પ્રજાં યોયં રયિ- પહેલાં આયુ પછી  
પ્રજા પોષણ અને પાન અને પ્રાપ્ત થાય. ( ૧-૧૦ )

કાંડ ૨૨૦

૧ સર્વાન્ બાઝીન્ અઝેયં, હન્ સુશન્વા નયત-  
બધા મુક્તોમાં જય પ્રાપ્ત કર્યો છે, બધી પીડાઓ અદિથી  
દૂર થઇ ગય ( ૧ )

કાંડ ૨૨૧

૧ સપત્ના મશમદયરે મયન્તુ- અમારા શત્રુ નીચે  
થઇ ગય. ( ૨ )

૧ હમં વધંય, દનં સજાતાનાં ક્ષેપ્યે આઘેદિ-  
એને વધારો, આ સમતિઓમાં ક્ષેપ થવાનાં રાખો. ( ૩ )

કાંડ ૨૨૨

૧ યદિ નો ગાં શ્રઘ્નં પુરવં હંસિ, તં ત્વા સિસેન  
ધિષ્યામ- એ તે અમારી ગાય, ઘોડા અને મનુષ્યને વધ  
કર્યો છે, તો તને અને સીસાની ગોળીથી મારીશું ( ૪ )

કાંડ ૨૨૩

૧ યદમાણાં સર્વેણં વિયં નિરવોઞ્ઞં મહં ભવ-  
બધા રોગોનું વિષ હું તારમાંથી દૂર કરું છું. ( ૧-૨૦ )

કાંડ ૨૨૪

૧ યદમં ચ સર્વે તેનેતો મૃશ્યું ચ નિરજામસિ-  
બધા રોગો અને યનુને અદિથી દૂર કરું છું. ( ૨ )

૨ મૃયો! પરં પર્થાં મનુ પરા દહિ- હે યનુ! તું  
અદિથી દૂર જા ( ૨૧ )

૧ હમં ઓવેશ્યા પરિધિ લઘામિ, મૈવાં તુ ગાવ  
મયરો અર્થે વલમ્- જીવેલા માટે આ આયુષ્યની મર્યાદા  
હું બાંધું છું, કોઇ નીચ બનીને આ આયુષ્ય ખનને ન  
ખોય. ( ૨૩ )

૪ શતં ઓવેશ્યા શરદ્ઃ પુરુષીઃ-સો વયં સુધી શ્રવિત  
રહે. ( ૨૩ )

૫ પર્યંતેન મૃશ્યુ, અન્તર્વચર્તા- પર્વત-પૃથ્વીશ્ચી  
મૃત્યુને દૂર કરો. ( ૨૪ )

૬ સર્વે આયુઃ નયતુ ઓવેશ્યા- જીવના માટે સંપૂર્ણ  
આયુ સુધી વધ જાય ( ૨૫ )

૭ કસિષ્ઠત, પ્રતરત સજ્ઞાયા મદમગ્ધતો નવી  
સ્વસ્ત દયમ્- ઉઠો, તરો, હે મિત્રો! આ પત્રવાણી  
નવી વહી રહી છે. ( ૨૭ )

૮ શર્ત્તે હિમાઃ સર્વવીરા મદેમ- સો વર્ષો સુધી બધા  
યુવજાતની સાથે જાનક કરીશું. ( ૨૮ )

૯ મૃશ્યોઃ વદં યોવયત વત, દ્રાપીય આયુઃ પ્રતરં  
લઘાના- યનુનો વય દૂર કરીને આવો, દીર્ઘ આયુને અધિક  
દીર્ઘ જનાવીને પાતળ કરો ( ૩૦ )

૧૦ ચૌથેણ આયુવા દમાન્ સંસ્જામિ- દીર્ઘ આયુથી  
એને સંયુક્ત કરું છું. ( ૩૨ )

કાંડ ૨૨૫

૧ વાઘા યદમં તે ચારયામદે- વાણીથી તારા રોગને  
દૂર કરું છું. ( ૨ )

કાંડ ૧।૩૩

૧ યદ્મ તે વિવૃદ્ધામિ- રાગ નારાથી દૂર કરે છુ.  
( ૧-૭ )

કાંડ ૬।૧૨૭

૧ પરા તં અઘાતં યદ્મ અઘરાઞ્ચ સુધામસિ- તે  
અઘાત રાગને હું નીચેના આગંધો દૂર કરે છુ. ( ૩ )

કાંડ ૬।૧૬

૧ યલાસં સર્વે નાશય- બધા કરે દૂર કરે ( ૧ )

કાંડ ૧।૧૨

૧ મુઞ્ચ શીર્ષકત્વા ઉત્ત કાસ યનં પદ્મ પદ્મ આધિવે  
યો અલ્પ- માથાનો દુખાવો તથા ખાંસી જે એના અંગે  
અગમ્ય ધુસી ગયા છે તે દૂર થાય ( ૩ )

કાંડ ૪।૭

૧ ધીરાન્ નો અન્ન મા દમન્- અમારા પુત્રપીત્રોને  
કષ્ટ ન આપે ( ૭ )

કાંડ ૧૦।૪

૧ ઘનેન હન્મિ વૃક્ષિક અર્હિ વળ્લેન આગતમ્-  
ધનથી વિહીને માર છુ અને દણ્ડથી સાપને માર છુ ( ૬ )

કાંડ ૧।૨૪

૧ અનીનશત્ કીલાસ સરૂપાં અકરત્ ત્વર્ચ- સફેદ  
કુદીનો નાશ થયો, ત્યથાનો રંગ શરીર જેવો થયો ( ૨ )

કાંડ ૧।૩૧

૧ યે અસ્માક તન્મ આધિવિશુ સર્વે તત્ હન્મિ  
અનિમ ક્રમાંગામ્- જે કૃમિ અમારા શરીરમાં ઘાપત  
થયા છે, તે બધા કૃમિઓનો નાશ કરે છુ ( ૫ )

કાંડ ૨।૩૭

૧ ઉધન્ આદિત્ય ક્રિમીન્ હન્તુ, નિમ્નોચન્ હન્તુ  
રદિમામિ- ઉદય પામતો સૂર્ય કીમીઓનો નાશ કરે અને  
અસ્ત પામતો સૂર્ય પથ્થુ પોતાના કિરણોથી કીમીઓનો  
નાશ કરે. ( ૧ )

૧ વ્રહ્મણા સર્પિનથિઃ અહ કૃમીન્- જાનથી હું  
કૃમિઓનો નાશ કરે છુ ( ૩ )

કાંડ ૫।૨૩

૧ સૂર્યઃ દૃષ્ટાન્ ઘનં અદૃષ્ટાન્ ચ સર્વાન્ પ્રમૃણન્  
ક્રિમીન્- સૂર્ય બધા દૃશ્ય તથા અદૃશ્ય કૃમિઓનો નાશ  
કરે છે. ( ૬ )

કાંડ ૪।૭

૧ અજઞ્ઞંગી અજ રક્ષ સર્વાન્ ગન્ધેમ નાશય-  
હે અજઞ્ઞાંગિ ! તું તારા સુવાસથી બધા રાક્ષસોનો-રાગ  
ક્રિમીઓનો નાશ કરે. ( ૨ )

૧ પિશાચાન્ સર્વાન્ ઓપધે પ્રમૃણીહિ સહસ્ય ચ-  
હે ઓપધ ! બધા પિશાચો-રાગક્રિમિઓને નષ્ટ કરે ( ૧૦ )

કાંડ ૬।૩૨

૧ મારાત્ રક્ષાંસિ પ્રતિ વહ- નશ્કથી રાક્ષસોને  
બાળી મૂકે ( ૧ )

૧ મિથો વિદ્યાના ઉપયન્તુ મૃત્યુમ્- ૫૨૨૫૨ એક  
બીજને મારનારા મૃત્યુને પ્રાપ્ત થા ( ૩ )

કાંડ ૨।૯

૧ ચ ચકાર સ નિષ્કરત્ સુમિવકમ- જે બોધ  
બનાવે છે, તે ઉત્તમ બનાવે, જેનાથી તે ઉત્તમ વેદ બને  
છે ( ૫ )

કાંડ ૨।૮

૧ ધીરત્ ક્ષેત્રિયનાશની ક્ષેત્રિય ગપ ઉચ્છન્તુ- આ  
બોધિ ક્ષેત્રિયરાગ નાશ કરવાવાળો છે, તે ક્ષેત્રિયરાગને દૂર  
કરે ( ૨-૫ )

કાંડ ૩।૭

૧ આપઃ વિશ્વસ્ય મેષજી- જળ બધા રાગોને દૂર  
કરવાવાળુ ( ૫ )

૧ આપ ત્વા મુઞ્જન્તુ ક્ષેત્રિયાત્- જળ તને ક્ષેત્રિય-  
રાગથી મચાવે ( ૫ )

કાંડ ૪।૧૩

૧ વાત આ વાહિ મેષજ હે વાયુ ! બોધ લઇ  
આવે. ( ૩ )

૧ રત્નં દિ વિશ્વમેષજો દેવાનાં દૂત દયસે- તું

સર્વ ઔષધિ રૂપ દેવેનો હન બનીને આવે છે. ( ૧ )

૩ અર્થ મે હસ્તો મગવાન્, અર્થ મે મગવત્તર-  
આ મારે દય ભાગ્યવાન છે, આ મારે અધિક ભાગ્યવાન  
છે ( ૧ )

૪ અર્થ મે વિશ્વમેષજઃ, અર્થ શિવામિમર્શનઃ- આ  
મારે હાથ અધી ઔષધિ પ્રભાવવાળો છે, અને એ હવાણ  
કરનારો છે ( ૧ )

૫ હસ્તામ્યાં વશાસાસ્ત્રામ્યાં સિદ્ધાસાઃ પુરોગામિ  
અનામયિતુમ્યાં હસ્તામ્યાં તાર્યાં ત્વામિ સ્પૃશામસિ

- દશ શાખાવાળા દાયેથી તને રૂપક કરે છું, અર્થથી  
ઉત્સાદમય શબ્દ બોલું છું, આ મારા હાથ નિરોપિતા કરવા  
વાળા છે, તેનો હું તને સ્પર્શ કરું છું ( ૭ )

કાંડ ૬. ૧૩

૬ પ્રાણ્યેમ્ય રૂદં નમ - યા ડિએના મારે આ નમસ્કાર  
છે ( ૩ )

કાંડ. ૪. ૩૫

૭ વિશ્વસિતં પ્રહૌદન વસામિ- વિશ્વને અતનાર  
શાનરૂપી અન હું રાધું છું. ( ૭ )

અર્થવેદનો મુખ્ય અનુવાદ ( ચોથો ભાગ )

‘ દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય ’

કાંડ—સૂક્ત—વિષય—મંત્રસંખ્યા—ઋષિ—દેવતાઓની

## અનુક્રમણિકા

કાંડ	સૂક્ત	વિષય	મંત્રસંખ્યા	ઋષિ	દેવતા	પૃષ્ઠ
૧૧	૪	૧ પ્રાણુ સંરક્ષણ કરતુ	૧૬	ભાત્રવો વેદર્ષિ:	પ્રાણ:	૧
૮	૧	૨ દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય	૨૧	બ્રહ્મા	આયુ:	૧૫
૮	૨	૩ દીર્ઘજીવન	૨૮	બ્રહ્મા	આયુ:	૪૬
૭	૫૩	૪ દીર્ઘાયુ	૭	બ્રહ્મા	આયુ, બુદ્ધિરતિ, અશ્વિનૈ	૬૫
૭	૩૩	૫ પ્રજા, ધન અને દીર્ઘજીવન	૧	બ્રહ્મા	મન્ત્રોક્તૈ:	૬૬
૭	૩૨	૬ દીર્ઘજીવન માટે પ્રાર્થના	૧	બ્રહ્મા	આયુ:	૭૦
૫	૧૦	૭ દીર્ઘજીવનની પ્રાર્થિ	૧૭	ઉન્નત્યનઃ, આયુષ્યમઃ	આયુ:	૭૦
૫	૧૧	૮ ધાતક પ્રયોગોને દૂર કરવા	૧૨	શુક્ર:	કૃત્યાદૃષ્ટ્યમ્	૭૫
૫	૧૮	૯ દીર્ઘજીવન અને તેજસ્વિતા	૧૪	અથર્વા	નિરૂત્	૭૭
૩	૧૧	૧૦ હવન વડે દીર્ઘજીવન	૮	બ્રહ્મા, ભુગર્ગિરાઃ,	ધન્વામ્બી, આયુષ્ય,	
					યજ્ઞમનાશનમ્	૮૪
૨	૨૬	૧૧ દીર્ઘજીવન, પ્રુષ્ઠિ અને સુપ્રજા	૭	અથર્વા	નાનાદેવતા:	૮૮
૨	૨૮	૧૨ દીર્ઘજીવનની પ્રાર્થિ	૫	શરણુ:	જરિયા, આયુ:	૯૩
૧	૩૫	૧૩ તેજસ્વિતા, બળ અને દીર્ઘજીવનની પ્રાર્થિ	૪	અથર્વા	દિરપ્થ, ઇદામ્બી, નિર્વેદેવાઃ	૯૭
૧	૩૦	૧૪ આયુષ્યવર્ધન સૂક્ત	૪	અથર્વા, આયુષ્યમઃ	વિર્વેદેવાઃ	૧૦૩
૭	૬૪	૧૫ સ્વાવર્તબળી પ્રજા	૧	અથર્વા	સોમઃ	૧૦૯
૭	૪૩	૧૬ વાણી	૧	પ્રસ્થવઃ	વાહ	૧૧૦
૭	૬૬	૧૭ સુખ	૧	શન્તાતિઃ	સુખમ્	૧૧૦
૧	૨૬	૧૮ સુખ પ્રાપ્તિ સૂક્ત	૪	બ્રહ્મા	ધન્વાદેવઃ	૧૧૧
૭	૫૬	૧૯ શાપનો કુખરિણામ	૧	બાદરાયણીઃ	અશિનાશનમ્	૧૧૨
૭	૪૫	૨૦ કાષ્ઠાનિવારક ઔષધ	૨	પ્રસ્થવઃ, અથર્વા	ધૃષ્ટાપનપનઃ, ભેષજમ્	૧૧૩
૭	૪૭	૨૧ અશ્વત્થકિત	૨	અથર્વા	મન્ત્રોક્તૈ	૧૧૩
૭	૫૪	૨૨ શાન અને કમ	૨	ભુગ્નઃ	ધન્વા	૧૧૪

ક્રોડ	સૂક્ત	વિષય	મંત્રસંખ્યા	મંત્ર	દેવતા	પૃષ્ઠ
૩	૫૧	૨૩ પ્રકાશનો માર્ગ	૧	ભુમ્	ઈન્દ્રઃ	૧૧૫
૭	૫૭	૨૪ મનુષ્યની શક્તિઓ	૧	વામદેવઃ	સરસ્વતી	૧૧૫
૭	૫૮	૨૫ બલદાયક અન્ન	૪	કૌરુષધિઃ	મન્ત્રોકતાઃ, મન્દ, વરુણ	૧૧૬
૭	૮	૨૬ કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરે	૧	ઉપરિગ્રહવા	ગૃહસ્થતિઃ	૧૧૭
૪	૩૧	૨૭ ઉત્સાહ	૭	અહા, રકન્દઃ	મન્ત્રઃ	૧૧૮
૪	૩૨	૨૮ ઉત્સાહ	૭	અહા, રકન્દઃ	મન્ત્રઃ	૧૧૯
૨	૧૫	૨૯ નિર્ભયજનન	૬	અહા	પ્રાણ, અપાન, આયુઃ	૧૨૦
૨	૧૭	૩૦ આત્મસંરક્ષણનું બળ	૭	અહા	પ્રાણ, અપાન, આયુઃ	૧૨૧
૬	૨૫	૩૧ કપરો દૂર કરવાનો ઉપાય	૩	શુનશૈષઃ	મન્ત્રોકતાઃ	૧૨૧
૬	૭	૩૨ અઘોરનો માર્ગ	૩	અથર્વા	સોમઃ વિષ્ણુદેવઃ	૧૨૬
૫	૧૦	૩૩ સત્યનો વિશ્વ	૧૧	વિશ્વામિત્રઃ	વનસ્પતિઃ	૧૨૭
૪	૩૯	૩૪ સમૃદ્ધિની પ્રાપ્તિ	૧૭	અગ્નિઃ	નાના દેવતાઃ, સંનતિઃ	૧૨૮
૨	૧૪	૩૫ વિપત્તિઓનો હટાવવાનો ઉપાય	૬	આતનઃ	શાશ્વતિદેવત્યમ્	૧૨૯
૧	૯	૩૬ વર્ચઃ પ્રાપ્તિ-સૂક્ત	૪	અથર્વા	વરુણદેવ, નાનાદેવતાઃ	૧૩૦
૨	૧૯-૨૩	૩૭ શુદ્ધિની વિધિ	૧૦	અથર્વા	અગ્નિ, વાયુ, સુપરિ,	
					ચન્દ્ર, આપઃ	૧૩૦
૨	૧૮	૩૮ કુષ્ટોત્તુ દમન	૫	આતનઃ	અગ્નિઃ	૧૩૫
૧	૧૬	૩૯ ચોરનાશન-સૂક્ત	૪	આતનઃ	અગ્નિ, ઇન્દ્ર, વરુણઃ	૧૩૭
૨	૩૪	૪૦ ઝડુઓનો અસફળતા	૮	અહા	આયુષ્યમ્	૧૩૯
૨	૮	૪૧ યદ્વેન-નિવારણ	૨૨	ભુગર્ગિરઃ	સર્વશીર્ષાદિપાકરણમ્	૧૪૦
૪૨	૨	૪૨ યદ્વેનરોગ નાશન	૫૫	ભુમ્	અગ્નિઃ, મન્ત્રોકતાઃ, મન્ત્રઃ	૧૪૩
૬	૮૫	૪૩ યદ્વેન ચિકિત્સા	૩	અથર્વા	વનસ્પતિઃ	૧૪૧
૨	૩૩	૪૪ યદ્વેન-નાશન	૭	અહા	યદ્વેનવિજઙ્ઘ, અન્નમાઃ, આયુષ્યમ્	૧૪૨
૬	૧૨૭	૪૫ કક્ષ્મણી ચિકિત્સા	૩	ભુગર્ગિરઃ	વનસ્પતિઃ, યદ્વેનનાશનમ્	૧૪૩
૬	૧૦	૪૬ ક્ષયરોગ-નિવારણ	૩	ભુગર્ગિરઃ	યદ્વેનનાશનમ્	૧૪૪
૬	૧૪	૪૭ ક્ષયરોગનું નિવારણ	૩	અભ્યર્ચિત્વઃ	બલસાઃ	૧૪૫
૬	૧૦૫	૪૮ આસીનો દૂર કરેલું	૩	ઉન્નિયનઃ	કાસા	૧૪૬
૧	૧૨	૪૯ આસાદિ-રોગ-નિવારણ સૂક્ત	૪	ભુગર્ગિરઃ	યદ્વેનનાશનમ્	૧૪૬
૭	૫૬	૫૦ વિષ-ચિકિત્સા	૮	અથર્વા	શ્રક્ષિકાદયઃ, વનસ્પતિઃ, અહાશુરપતિઃ	૧૮૦
૪	૬	૫૧ વિષ દૂર કરેલું	૮	મરુતમાન	તક્ષકઃ	૧૮૧
૪	૭	૫૨ વિષ દૂર કરેલું	૭	મરુતમાન	વનસ્પતિઃ	૧૮૨
૨૦	૪	૫૩ સર્પ વિષ દૂર કરેલું	૧૬	મરુતમાન	તક્ષકઃ	૧૮૫
૫	૧૩	૫૪ સર્પ વિષ દૂર કરેલું	૧૧	મરુતમાન	તક્ષકઃ, વિષમ્	૧૮૮
૭	૮૮	૫૫ સાપનું સ્તર	૧	મરુતમાન	તક્ષકઃ	૧૯૧
૬	૧૦૦	૫૬ વિષ નિવારણનો ઉપાય	૩	મરુતમાન	વનસ્પતિઃ	૧૯૨

ક્રાંડ	સૂક્ત	વિષય	મંત્રસંખ્યા	મુદિ	દેવતા	પૃષ્ઠ
૬	૫૬	૫૭ સપ્તધી સંભાળીને રહેતું	૩	ચન્તાનિઃ	વિવેદેવાઃ, રુદઃ	૧૯૩
૬	૧૭	૫૮ સપ્ત-વિષ નિવારણુ	૩	ગરુમાન્	તદ્દેવઃ	૧૯૩
૭	૧૧૬	૫૯ તાવ	૭	અથર્વા અગિરાઃ	ચન્દ્રમાઃ	૧૯૪
૫	૭૭	૬૦ ઋગ્-નિવારણુ	૧૪	ભુગ્વગિરાઃ	તકમનાશનઃ	૧૯૫
૧	૨૫	૬૧ શીત-ઋગ્-હરીકરણુ-સૂક્ત	૪	ભુગ્વગિરાઃ	અગ્નિઃ, તકમા	૧૯૬
૨	૨૪	૬૨ કૃષ્ણાશ્વક સૂક્ત	૪	ધક્ષા	આસુરી વનરપતિઃ	૨૦૧
૧	૭૩	૬૩ રવેનકુક-નાશન સૂક્ત	૪	અથર્વા	આપદિઃ	૨૦૩
૭	૭૬	૬૪ ગણમાળાની ચિકિત્સા	૬	અથર્વા	અપચિદ્દેવગ્ન્ય,	
					ગવ્યાન્ધઃ, મન્દ્રઃ	૨૦૫
૭	૭૪	૬૫ ગણમાળા ચિકિત્સા	૪	અથર્વાગિરાઃ	મન્ત્રોકતાઃ, ભતવેદાઃ	૨૦૭
૬	૮૩	૬૬ ગણમાળાનું નિવારણુ	૪	ભગઃ	મન્ત્રોકતા	૨૦૮
૫	૬૭	૬૭ રોગ-કિમિ-નિવારણુ	૧૫	ચાનનઃ	ભતવેદાઃ, મન્ત્રોકતાઃ	૨૦૯
૭	૬૧	૬૮ રોગોપાદક કિમી	૫	કાપવઃ	મદી, ચન્દ્રમાઃ,	૨૧૩
૭	૬૨	૬૯ કિમિ-નાશન	૬	કાપવઃ	આદિત્યઃ	૨૧૫
૫	૬૩	૭૦ રોગમૃત્યુઓનો નાશ	૧૩	કપ્વા	ધન્દ્રઃ, કિમિગમનાય	
					દેવપ્રાર્થના	૨૧૭
૪	૩૭	૭૧ રોગકૃમિઓનો નાશ	૧૨	બાહરાણિઃ	અભ્યુગી, અપ્સરસઃ	૨૧૯
૬	૩૨	૭૨ રોગકિમિનાશક હવન	૩	ચાતનઃ, અથર્વા	અગ્નિઃ	૨૨૪
૬	૬૬	૭૩ રોગોથી બચતું	૩	ભુગ્વગિરાઃ	વનરપતિઃ, સોમ	૨૨૫
૨	૯	૭૪ સધિવાતને દૂર કરવો	૫	ભુગ્વગિરાઃ	વનરપતિઃ, યક્ષમનાશનમ્	૨૨૬
૨	૮	૭૫ દોષિયરોગ દૂર કરવો	૫	ભુગ્વગિરાઃ	વનરપતિઃ, યક્ષમનાશનમ્	૨૨૭
૩	૭	૭૬ આનુવંશિક રોગો દૂર કરવા	૭	ભુગ્વગિરાઃ	યક્ષમનાશનમ્	૨૩૧
૩	૨૮	૭૭ પશુઓનું આરોગ્ય રક્ષણુ	૬	ધક્ષા	યમિની	૨૩૪
૩	૯	૭૮ કલેષ પ્રતિબંધક ઉપાય	૬	વામદેવઃ	ઘાવાપૃષ્ઠી, વિવેદેવાઃ	૨૩૭
૨	૩	૭૯ આરોગ્ય સૂક્ત	૬	અગિરાઃ	ભૈષજ્ય, આયુઃ, ધન્વતરિઃ	૨૪૧
૧	૩	૮૦ આરોગ્ય સૂક્ત, મૂત્રદોષ નિવારણુ	૯	અથર્વા	મન્ત્રોકતા નાનાદેવતા	૨૪૨
૪	૧૩	૮૧ હરતરપથધી રોગનિવારણુ	૭	સતાતિઃ	ચન્દ્રમાઃ, વિવેદેવાઃ	૨૪૭
૬	૮૪	૮૨ કુર્ગતિથી બચવું	૪	અગિરાઃ	નિઝક્રતિઃ	૨૪૯
૨	૧૦	૮૩ કુર્ગતિથી બચવાનો ઉપાય	૮	શુચઃ, અગિરાઃ,	નિઝક્રતિ, ઘાવાપૃષ્ઠી,	
					નાનાદેવતા	૨૫૦
૬	૧૩	૮૪ ઋતુ	૩	અથર્વા	ઋતુ	૨૫૭
૪	૩૫	૮૫ ઋતુધી જા રક્ષણુ	૭	અગ્નિપતિઃ	અતિઋતુઃ	૨૫૮



‘ દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય ’

વિ.ષ.યા.નુ.ક્ર.મ.સિ.ક્ર.



વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
પ્રાણનું સંરક્ષણ કરવું ( ઝાં ૧૧, સ. ૪ )	૧	પ્રાણની ચિન્તના	૧૧
પ્રાણનું સંરક્ષણ કરવું	૫	સમયની અનુકૂલતા	૭૧
પ્રાણનું મદદરૂ	૫	પ્રાણરક્ષક નસિ	૧૧
સત્યથી બહામિત	૭	કલતવર્તનું ધન	૧૧
પ્રાણની જાણ	૭	બોધ અને પ્રતિબોધ	૧૧
પ્રાણચક્રતનો સારાંશ	૧૧	ઉત્તતિ બ તારો માથે છે	૭૨
અગ્નિદેહમાં પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ	૧૧	યમના દંત	૭૩
અસુ-નીતિ	૧૧	અથર્વાનું શિર	૧૪
યજુર્વેદમાં પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ	૧૧	બ્રહ્મયોગની પ્રાપ્તિ	૧૫
પ્રાણની જાણ	૧૧	દેવોનો કોશ	૭૫
માયન અને પ્રાણચક્રિત	૧૪	બ્રહ્મની નજરી	૧૫
પ્રાણની પ્રતિષ્ઠા	૧૪	અયોધ્યા નજરી	૧૬
શાકમ્ અને પ્રાણ	૧૫	અયોધ્યાનો રામ	૧૬
પ્રાણદાતા અગ્નિ	૧૫	ઉપનિષદોમાં પ્રાણ-વિદ્યા	૧૮
પ્રાણ સાથે હિન્દુઓનો નિકાસ	૧૬	પ્રાણની કૌશલતા	૧૮
વિશ્વંવાયક પ્રાણ	૧૬	પ્રાણ કયાંથી આવે છે ?	૧૯
હૃદનારો પ્રાણ	૧૬	દેવોની યમ	૧૭
સરસ્વતીમાં પ્રાણ	૧૭	પ્રાણ-સ્મૃતિ	૧૭
બોજન અને પ્રાણ	૧૭	પ્રાણરૂપ અગ્નિ	૧૧
સહસ્રાર્ધ અગ્નિ	૧૮	પ્રાણનો પ્રેરક	૧૧
અધર્વવેદનો પ્રાણ વિષયક ઉપદેશ	૧૮	અ બોનો રસ	૧૧
કું નિબળી છુ	૧૯	પ્રાણ અને અ-ય ચક્રિતઓ	૧૪
પ યામુખી મદદરૂ	૧૯	પતંગ	૧૪
પ્રાણનો મીઠો ચાણક	૨૦	વસં, રત્ન, આદિય	૧૪
પોતાની રવત'તતા અને પૂજા	૨૦	તજુ લોક	૧૫

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
દીર્ઘજીવન પ્રાપ્તિ કરવાનો ઉપાય ( કા. ૮, સુ. ૧ )	૪૦	દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ ( કા. ૫, સુ. ૩૦ )	૭૦
દીર્ઘજીવન કેવી રીતે પ્રાપ્ત થશે ?	૪૦	આરોગ્યપુકત દીર્ઘજીવન	૭૩
ધર્મદોષ	૪૦	આત્મનિર્વાસથી દીર્ઘજીવન	૭૩
દુરનો માર્ગ	૪૦	કુચિચારોથી જીવનારોગ્ય	૭૩
રથી અને રથ	૪૦	માતાપિતાનું પાપ	૭૩
ન્યોતિની પ્રાપ્તિ	૪૧	માનસશક્તિ	૭૩
ગોઠથી આયુષ્ય નાશ	૪૧	ઉત્તતિનો માર્ગ	૭૩
હિંસકોથી બચવું	૪૧	માર્ગદર્શક બે સપ્તિઓ	૭૩
જીવનતિના પાશ	૪૧	જન્મને દૂર કરવો	૭૩
નિશ્ચય-શક્તિ	૪૧	જીવનનું લક્ષ્ય	૭૫
જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન	૪૩	ચાતક પ્રયોજીને દૂર કરવા ( કા. ૫, સુ. ૩૧ )	૭૭
સ્મૃતિ અને રિધગતા	૪૪	દીર્ઘજીવન અને તેજસ્વિતા ( કા. ૫, સુ. ૨૮ )	૭૭
રક્તોજ્ય અને જગૃતિ	૪૪	યજ્ઞોપવીતનું ધારણ	૮૦
સામાજિક પાપ	૪૪	ત્રણ દોશ	૮૦
સુધ્ધ પ્રકાશથી દીર્ઘાયુ	૪૫	સેનાનું યજ્ઞોપવીત	૮૦
તપ અને ન્યોતિ	૪૭	ધર્મ અને પ્રાણ	૮૦
બે માર્ગદર્શક	૪૭	હૃદયની ત્રણ શક્તિઓ	૮૧
ઉપદેશક	૪૮	દેવોનું નમર	૮૧
આ સુક્તના રમરણ કરવા લાગે ઉપદેશ	૪૮	ન્યાય, પુષ્ટિ અને જ્ઞાન	૮૩
દીર્ઘજીવન ( કા. ૮, સુ. ૨ )	૪૯	યજ્ઞોપવીતથી લાભ	૮૩
દીર્ઘાયુ થવાનો ઉપાય	૫૪	હવન વડે દીર્ઘજીવન ( કા. ૩, સુ. ૧૧ )	૮૪
જીવ્યોનો સર્વાધિકાર	૫૪	હવન વડે દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ	૮૫
જીવનીય વિદ્યાનો ઉપદેશ	૫૫	ઓપધિઓના યજ્ઞ	૮૫
જ્ઞાનનું કવચ	૫૫	હવન વડે રોષ દૂર કરવા	૮૬
પ્રાણધારણા	૫૬	હવનનો પરિણામ	૮૬
જહરામિ	૬૦	જ્ઞાત્રુ કરનાર હવન	૮૬
ઓપધિ પ્રયોગ	૬૧	મરણનો પાશ	૮૭
ઉપદેશકનું કાર્ય	૬૪	સત્યથી સુરક્ષિતતા	૮૭
સમયવિભાગ	૬૪	સત્યવાસનથી દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ	૮૭
દીર્ઘાયુ ( કા. ૭, સુ. ૫૩ )	૬૫	દીર્ઘજીવન, પુષ્ટિ અને સુખ ( કા. ૨, સુ. ૨૯ )	૮૮
દીર્ઘજીવન કેવી રીતે પ્રાપ્ત થશે ?	૬૭	રક્ત અને બલ	૮૯
દેવોના વેશે	૬૭	જ્ઞાત્રુ	૯૦
પ્રભા, ધન અને દીર્ઘજીવન ( કા. ૭, સુ. ૩૩ )	૬૯	બલ, બલ, ધન, સુસંતાન અને જ્ય	૯૦
દીર્ઘજીવન માટે પ્રાર્થના ( કા. ૭, સુ. ૩૨ )	૭૦	હવનની તૃપ્તિ	૯૧

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
સ્વપ્ના	૧૨	વિરોધ સૂચના	૧૧૪
દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ ( કા. ૨, સ. ૨૮ )	૧૩	શાપનો દુષપરિણામ ( કા. ૭, સ. ૫૬ )	૧૧૨
દીર્ઘજીવનની મર્યાદા	૧૪	છાર્યાનિવારક ઔષધિ ( કા. ૭, સ. ૪૫ )	૧૧૩
સાધન	૧૪	અમૃતશકિત ( કા. ૭, સ. ૪૭ )	૧૧૩
તેમનું કાર્યક્ષેત્ર	૧૪	જ્ઞાન અને કર્મ ( કા. ૭, સ. ૫૪ )	૧૧૪
વધ	૧૫	પ્રકાશનો આર્ગ ( કા. ૭, સ. ૫૫ )	૧૧૫
હથપ્રાથના	૧૫	મનુષ્યની શકિતઓ ( કા. ૭, સ. ૫૭ )	૧૧૫
દેવશસ્ત્ર શ્રવણ	૧૫	જનસેવા	૧૧૬
પાપથી બચાવ	૧૬	બલદાયક અન્ન ( કા. ૭, સ. ૫૮ )	૧૧૬
ભોગ અને પરાક્રમ	૧૬	કલ્યાણ પ્રાપ્ત કર ( કા. ૭, સ. ૮ )	૧૧૭
દેવોની મદદ	૧૭	ઉત્સાહ ( કા. ૪, સ. ૩૧ )	૧૧૮
તેજસ્વિતા, બળ અને દીર્ઘજીવનની પ્રાપ્તિ		ચલનો મુળમંત્ર	૧૧૦
( કા. ૧, સ. ૩૫ )	૧૭	વૈત્સાહનું મહત્ત્વ	૧૧૦
દાક્ષાપણ કિરણ	૧૮	ઉત્સાહ ( કા. ૪, સ. ૩૨ )	૧૧૨
દાક્ષાપણી વિદ્યા	૧૯	વૈત્સાહ પારણ કરવો	૧૧૩
સુવર્ણ પારણ	૧૯	નિર્લય જીવન ( કા. ૨, સ. ૧૫ )	૧૧૩
રાક્ષસ અને પિશાચ	૧૦૦	નિર્લયતાથી અમરપણ	૧૧૪
સુવર્ણના શુભ	૧૦૧	અક્ષ-ક્ષેત્ર	૧૧૪
સુવર્ણનું સેવન	૧૦૧	સ્વયં અને અનુભવ	૧૧૪
કાળી કામધેનુનું દૂધ	૧૦૧	જ્ઞાન અને કાવિધ્ય	૧૧૪
આયુષ્ય-વર્ધન-સૂક્ત ( કા. ૧, સ. ૩૦ )	૧૦૩	આશ્વમેધ-રક્ષણનું બળ ( કા. ૨, સ. ૧૭ )	૧૧૫
જીવનનું સંવર્ધન	૧૦૪	કર્મો દૂર કરવાનો ઉપાય ( કા. ૧, સ. ૨૫ )	૧૧૫
સામાજિક નિર્ભયતા	૧૦૪	આદ્યોહનો આર્ગ ( કા. ૧, સ. ૭ )	૧૧૬
દેવોના આધીન આયુષ્ય	૧૦૪	પ્રાથના	૧૧૬
અમે શુ કરીએ છીએ ?	૧૦૫	આદ્યોહનો વિચાર	૧૧૬
આદિત્ય દેવોની ભક્તિ	૧૦૫	બળની વૃદ્ધિ	૧૧૬
દેવોના પિતા અને પુત્ર	૧૦૬	તથા ઉપદેશ	૧૧૬
દેવોનાં સ્થાન	૧૦૬	સત્યનો વિગ્રહ ( કા. ૫, સ. ૧૫ )	૧૧૭
દેવતાઓના ચાર વર્ગ	૧૦૭	સત્યથી તથા	૧૧૭
સ્વાવલંબિની પ્રજા ( કા. ૭, સ. ૬૪ )	૧૦૮	સમૃદ્ધિની પ્રાપ્તિ ( કા. ૪, સ. ૩૬ )	૧૧૮
વાણી ( કા. ૭, સ. ૪૩ )	૧૦૯	ઉપતિનો આર્ગ	૧૧૦
સુખ ( કા. ૭, સ. ૬૬ )	૧૧૦	લોક-દેવતા-શુભ-મનુષ્યનાં ૩૫	૧૧૦
સુખ પ્રાપ્તિ-સૂક્ત ( કા. ૧, સ. ૨૬ )	૧૧૧	પરમાત્માની ઉપાસના	૧૧૧
દેવતાઓ એકે મિત્રતા	૧૧૧	નગરકારથી ઉપાસના	૧૧૧
		સમૃદ્ધિની અર્પિ	૧૧૨

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
સ્વાહા	૧૩૧	સીસાની ગોળા	૧૪૮
વિપત્તિઓને હુણવવાનો ઉપાય ( કા. ૨, સ. ૧૪ )	૧૩૨	જનુ	૧૪૮
વિપત્તિઓનું સ્વરૂપ	૧૩૩	આપવીર	૧૪૮
તથુ ભેદ	૧૩૪	ડાકુઓને અસહ્યતા ( કા. ૨, સ. ૨૪ )	૧૪૯
આત્મશુદ્ધિ અને ધરની શુદ્ધિ	૧૩૪	દુષ્ટલોક	૧૫૦
નીચતામાં વિપત્તિનો ઉત્તમ	૧૩૫	યક્ષ્મ-નિવારણ ( કા. ૮, સ. ૮ )	૧૫૦
રાગનું કર્તવ્ય	૧૩૫	માયાનું દરદ	૧૫૧
જીવનનું યુદ્ધ	૧૩૫	યક્ષ્મરોગ નાશન ( કા. ૧૨, સ. ૨ )	૧૫૧
વર્થઃ પ્રાપ્તિ-સૂક્ત ( કા. ૧, સ. ૬ )	૧૩૬	યક્ષ્મરોગને દૂર કરવો	૧૫૩
દેવતાઓનો સંબંધ	૧૩૭	નીચેના માર્ગો	૧૬૩
ઉત્તમતા મુજબન	૧૩૮	પાપાચાર અને દુષ્ટ વિચાર	૧૬૪
વિજય માટે સંયમ	૧૩૮	કંજુસાઇ, દારિદ્ર્ય અને મૃત્યુ	૧૬૪
માન વડે જાતિમાં શ્રેષ્ઠતાની પ્રાપ્તિ	૧૩૯	પિતૃપદ	૧૬૪
જનતાની લક્ષણ કરવી	૧૩૯	હવન-અગ્નિ	૧૬૫
ઉત્તમતાની ચાર સીડીઓ	૧૩૯	સંપ્રદાયનું મહત્ત્વ	૧૬૫
પોતાની શક્તિઓનો વિકાસ	૧૩૯	શુદ્ધિનો ઉપાય	૧૬૫
સ્વચ્છતાઓનો સંયમ	૧૩૯	નૃત્ય અને હાસ્ય	૧૬૬
જ્ઞાનશુદ્ધિ વડે સ્વજાતિમાં સંમાન	૧૩૯	મનુષ્યની આપુ અર્પણ	૧૬૭
જનતાની ઉત્તમતા માટે પ્રયત્ન	૧૩૯	નદીનો પ્રયાગ વેગ	૧૬૭
આ સૂક્તોનો સ્મરણીય ઉપદેશ	૧૪૦	સો વરસનું પૂણી જીવન	૧૬૮
શુદ્ધિની વિધિ ( કા. ૨, સ. ૧૬-૨૩ )	૧૪૦	યક્ષ્મ-ચિકિત્સા ( કા. ૧, સ. ૮૫ )	૧૭૧
પાંચ દેવો	૧૪૧	વરુણ વક્ષ	૧૭૧
પંચાચતન	૧૪૧	યક્ષ્મ-નાશન ( કા. ૨, સ. ૩૩ )	૧૭૧
પાંચ દેવોની પાંચ શક્તિઓ	૧૪૧	કસ્મપ-વિગ્રહો	૧૭૨
મનુષ્યની શુદ્ધિ	૧૪૨	કક્ષીયની ચિકિત્સા ( કા. ૧, સ. ૧૨૭ )	૧૭૨
દેવપંચાચતન	૧૪૨	ક્ષય રોગ-નિવારણ ( કા. ૧, સ. ૨૦ )	૧૭૪
શુદ્ધિની રીત	૧૪૨	જીવરના લક્ષણો અને પરિણામ	૧૭૪
દેવ કરવો	૧૪૪	ક્ષયરોગનું નિવારણ ( કા. ૧, સ. ૧૪ )	૧૭૫
દુષ્ટોનું દમન ( કા. ૨, સ. ૧૮ )	૧૪૫	કક્ષીય	૧૭૫
બળની ગણના	૧૪૫	ખાસેલીને દૂર કરવું ( કા. ૧, સ. ૧૦૫ )	૧૭૬
સ્વાહા વિધિ	૧૪૬	ચાસાદિ-રોગ-નિવારણ સૂક્ત ( કા. ૧, સ. ૧૨ )	૧૭૬
આત્મ-સર્વસ્વ-સમર્પણ	૧૪૬	મહત્ત્વપૂર્ણ રૂપક	૧૭૭
ચોર નાશન-સૂક્ત ( કા. ૧, સ. ૧૬ )	૧૪૭		

વિષય	પૃષ્ઠ
આરોગ્યનો દાના	૧૭૮
અર્પકિરણ ને ચિદ્રિઃશા	૧૭૯
વિપ-ચિદ્રિઃશા ( ઈ. ૭, મ. ૫૧ )	૧૮૦
અર્પકાધ્યાત્મ્ય પ્રમાણ	૧૮૧
વિપ દુર કદંતુ ( ઈ. ૪, મ. ૧ )	૧૮૨
વિપ III કદનાનો ઉપાય	૧૮૩
વિપ દુર કદંતુ ( ઈ. ૪, મ. ૭ )	૧૮૪
મે ઓપધિઓ	૧૮૫
અર્પવિપ દુર કદંતુ ( ઈ. ૧૦, મ. ૪ )	૧૮૫
અર્પ વિપ દુર કદંતુ ( ઈ. ૪ મ. ૧૩ )	૧૮૮
સપ-વિપ	૧૯૦
ઉપાય	૧૯૦
માપનું એર ( ઈ. ૭, મ. ૮૮ )	૧૯૧
વિપ નિવારણનો ઉપાય ( ઈ. ૬, મ. ૧૦૦ )	૧૯૨
સર્પથી સંભાળીને શકેલું ( ઈ. ૬, મ. ૫૧ )	૧૯૩
અર્પ-વિપ નિવારણ ( ઈ. ૬, મ. ૧૨ )	૧૯૩
તાવ ( ઈ. ૭, મ. ૧૧૧ )	૧૯૪
જ્યેષ્ઠ-નિવારણ- ( ઈ. ૫, મ. ૨૨ )	૧૯૫
જ્યેષ્ઠ રોગ	૧૯૭
જ્યેષ્ઠના ભેદ	૧૯૭
જ્યેષ્ઠ નિશ્ચિતનો ઉપાય	૧૯૮
શીત-જ્યેષ્ઠ-હૃદીકરણમૂલન ( ઈ. ૧, મ. ૨૫ )	૧૯૯
જ્યેષ્ઠની ઉત્પત્તિ	૨૦૦
જ્યેષ્ઠ પચિજામ	૨૦૦
દિમજ્યેષ્ઠના નામ	૨૦૧
નમઃ કૃતઃ	૨૦૧
કૃષ્ણશક-મૂલન ( ઈ. ૧, મ. ૨૪ )	૨૦૨
વનસ્પતિના માતાપિતા	૨૦૩
સરૂપ-કરણ	૨૦૩
વનસ્પતિ ઉપર વિજ્ય	૨૦૩
સરૂપનો પ્રભાવ	૨૦૩
સરૂપથી વીધ-પ્રાપ્તિ	૨૦૩
શ્વેતકુષ્ઠ-નાશન-સૂક્ષ્મ ( ઈ. ૧, મ. ૨૩ )	૨૦૩
શ્વેતકુષ્ઠ	૨૦૪

વિષય	પૃષ્ઠ
નિદાન	૨૦૪
મે પ્રભાવ અને નેમના ઉપાય	૨૦૫
સરૂપથી રૂઝ ધુલવો	૨૦૫
મે પધિઓનું રોગજ	૨૦૫
ગરુડમાળાની ચિદ્રિઃશા ( ઈ. ૭, મ. ૭૧ )	૨૦૫
અવકાળના	૨૦૬
દવનથી નિરોગીના	૨૦૭
ગરુડમાળા ચિદ્રિઃશા ( ઈ. ૭, મ. ૭૧ )	૨૦૭
ગરુડમાળાનું નિવારણ- ( ઈ. ૬, મ. ૮૩ )	૨૦૮
અવકાળના	૨૦૮
કાગ-કિમિ-નિવારણ ( ઈ. ૫, મ. ૨૬ )	૨૦૯
રોગોનો કિમિ	૨૧૧
રોગજ્યેષ્ઠનો સરૂપથી પ્રવેશ	૨૧૨
આરોગ્ય પ્રાપ્તિ	૨૧૩
સંસર્ગ રોગ	૨૧૩
રોગ દલાવવાનું સદાજ	૨૧૩
કાગપાદક કિમિ- ( ઈ. ૨, મ. ૩૧ )	૨૧૩
કિમિઓની ઉત્પત્તિ	૨૧૪
દુર કદનાનો ઉપાય	૨૧૫
કિમિ-નાશન ( ઈ. ૨, મ. ૩૨ )	૨૧૫
મુજબના કિરણોનો પ્રભાવ	૨૧૬
કિમિઓના લક્ષણો	૨૧૬
રોગજ્યેષ્ઠના નાશની વિદ્યા	૨૧૭
વિવરણ	૨૧૭
રોગજ્યેષ્ઠનો ન્યાય ( ઈ. ૫, મ. ૨૩ )	૨૧૭
રોગ કિમિઓનો નાશ	૨૧૯
રોગકિમિઓનો નાશ ( ઈ. ૪, મ. ૩૭ )	૨૧૯
રોગકિમિ	૨૨૦
લક્ષણ	૨૨૨
રોગકિમિનાશક હવન ( ઈ. ૬, મ. ૩૨ )	૨૨૪
રોગનાશક હવન	૨૨૫
રોગોથી અવ્યવ ( ઈ. ૬, મ. ૬૬ )	૨૨૫
પાપથી રોગની ઉત્પત્તિ	૨૨૬
સંધિવાતનો દુર કરવો ( ઈ. ૨, મ. ૬ )	૨૨૬

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
સંધિવાત	૨૬૭	પન્ન્યથી આરોગ્ય	૨૪૪
દશરૂક્ષ	૨૬૭	મિત્ર ( પ્રાણ ) વાસુથી આરોગ્ય	૨૪૪
ઉત્તમ વેદ	૨૬૮	વરુણ ( પાણી ) દેવથી આરોગ્ય	૨૪૪
પ્રતીજ્ઞાનાની પ્રાપ્તિ	૨૬૮	ચંદ્ર ( સોમ ) દેવથી આરોગ્ય	૨૪૪
દ્વેત્રિપરોગ દૂર કરવો ( કા. ૨, સુ. ૮ )	૨૬૯	સૂર્ય દેવથી આરોગ્ય	૨૪૪
દ્વેત્રિપ ગેમ	૨૬૦	પંચપાદ પિતા	૨૪૪
બે ઔષધિઓ	૨૬૦	પૃથ્વીમાં જીવન	૨૪૫
આતુષ શિક્ષણો દૂર કરવા ( કા. ૩, સુ. ૭ )	૨૬૧	મૂત્રદોષ-નિવારણ	૨૪૫
માતાપિતાથી સંતાનમાં આવેલા દ્વેત્રિપરોગો	૨૬૩	પૂર્વાપર સ બ મ	૨૪૬
હરણના સીંગદથી ચિકિત્સા	૨૬૩	ઝરીરચામનું યાન	૨૪૬
હૃદયરોગ	૨૬૩	હસ્તરૂપરથી રોગ નિવારણ ( કા. ૪ સુ. ૧૩ )	૨૪૭
ઔષધિ ચિકિત્સા	૨૬૩	દેવોની સદાચાર	૨૪૮
ભગવતી અને તારકા	૨૬૩	પ્રાણના બે દેવો	૨૪૮
દ્યુતોષ અને બૂનોકમાં સમાન ઔષધિ	૨૬૩	દેવોનો દૂત	૨૪૮
જલ ચિકિત્સા	૨૬૩	દુર્ગતિથી બચવું ( કા. ૬, સુ. ૮૪ )	૨૪૯
પશુઓનું આરોગ્ય રક્ષણ ( કા. ૩, સુ. ૨૮ )	૨૬૪	દુર્ગતિથી બચવાનો ઉપાય ( કા. ૨ સુ. ૧૦ )	૨૫૦
પશુઓનું સ્વાસ્થ્ય	૨૬૫	દુર્ગતિનું સ્વરૂપ	૨૫૧
પશુરોગની ઉત્પત્તિ	૨૬૫	એક માત્ર ઉપાય	૨૫૧
રોગી પશુ	૨૬૬	યાનનું કળ	૨૫૨
કલેશ પ્રતિબંધક ઉપાય ( કા. ૩ સુ. ૬ )	૨૬૭	ઉત્તમિનો માર્ગ	૨૫૫
બંધાના માતાપિતા	૨૬૮	અલ કારની બાધા	૨૫૫
વિશ્વજ ધ્રુવ	૨૬૮	પોતાનો પ્રયત્ન	૨૫૫
પરાક્રમ	૨૬૯	ક્રધનાનું જળ	૨૫૬
પરિશ્રમથી સિદ્ધિ	૨૬૯	મનને ધીરજ આપવી	૨૫૬
અસુરમાયા	૨૬૯	શત્રુ ( કા. ૬, સુ. ૧૩ )	૨૫૭
સેંકડો મિત્રો	૨૭૦	મૃત્યુના પ્રકાર	૨૫૭
આરોગ્ય સૂક્ત ( કા. ૨, સુ. ૩ )	૨૭૧	શત્રુથી સંરક્ષણ ( કા. ૪, સુ. ૩૫ )	૨૫૮
ઔષધિ	૨૭૧	બદ્ધોદન	૨૫૯
ઘઘોનો ઉપયોગ	૨૭૧	અશ્વત્થી પ્રાપ્તિ	૨૬૦
આરોગ્ય સૂક્ત ( કા. ૧, સુ. ૩ )	૨૭૨	આત્મશુદ્ધિ	૨૬૦
મૂત્રદોષ-નિવારણ	૨૭૩	સુભાષિતો	૨૬૧
આરોગ્યનું સાધન	૨૭૩		

અર્થવેદનો મુખોધ અનુવાદ (ચોથો ભાગ)

‘ દીર્ઘજીવન અને આરોગ્ય ’

# વાર્ષાનુક્રમ મન્ત્ર-સૂચિ

મન્ત્ર	પૃષ્ઠ	મન્ત્ર	પૃષ્ઠ	મન્ત્ર	પૃષ્ઠ
અશીર્વાદો તે માલિકાર્થ્યો	૧૩૭	અર્ચાતીર્થવાદ	૧૧૭	અનિષ્ટા બોધવ.	૭
અશ્વો નિ વિધ્ય દુર્યં	૧૦૯	અનર્કાઈ પાવનમ્વા	૧૧૭	અબીદિ મન્ત્રો	૧૧૧
અપ્રાત્નિધરતિ પ્રસિદ્ધ	૧૧૯	અનર્ગા એ વા પ્રથમા	૧૮૪	અમુકયા વશ્માદ્ દુરિતા	૨૫૭
અપ્તિ. સૂર્યસ્વસ્ત્યા	૭૭	અનુ રથા હરિણા	૭૩૧	અમુતભૂવાદધિ	૬૧
અપ્તિરિથ મન્ત્રો	૧૧૮	અનુકુતા: પુનરોદ્ધિ	૭૧	અમૂ વે સિધિ ક્રમગ	૧૧૭
અપ્તિસ્ત્રક્ષમાનમય	૧૧૫	અન્તઃકાય મૂરચ્ચે	૧૧	અર્ચં યો અમિતોષાદિષ્ણુ	૧૭૪
અપ્તે અક્ષય્યાભિ:	૧૧૧	અન્તરિચં ચેનુસ્તસ્થા	૧૧૮	અર્ચં યો વક્ત્રા	૧૮૦
અપ્તે યન્ તે તપસ્તેન	૧૮૦	અન્તરિચે વાયવે	૧૧૮	અર્ચ યો વિધાન્	૧૧૫
અપ્તે યન્ તે તપસ્તેન	૧૪૦	અન્તર્ગર્ભધરતિ	૧	અર્ચં લોકા: પ્રિયતમો	૭૧
અપ્તે યન્ તેડર્ચિસ્તેન	૧૪૦	અન્તર્દર્શિ શુક્રતા	૧૧૪	અર્ચં બીજન્ત મા શ્રુતેમ	૫૦
અપ્તે યન્ તે શોચિસ્તેન	૧૪૦	અન્તર્ધર્મિવાના	૧૧૧	અર્ચં તે અસ્ત્યુપ ન	૧૧૧
અપ્તે યન્ તે દુરસ્તેન	૧૪૦	અન્યક્ષેત્રે ન રમકે	૧૧૬	અર્ચ દેવા દિવાસ્ત્વય	૧૧
અપ્તેરિવાદ્ય વદન્ત	૧૭૪	અન્યે-અસ્ત્યા પુરુષેન્ધ્યો	૧૫૬	અર્ચાદ્યો હતાવર્ષા	૧૬૦
અપ્તેરિવાદ્ય વદન્તો	૧૧૩	અ-વાન્ધ્યો શીર્ષણયયો	૧૧૪	અવમન્ત્રિતવર્ષ	૭૧
અપ્તે શરીરમસિ	૫૪	અદે અ સ્વા રાત્રયે	૫૧	અર્ચં મે દસ્તો	૨૪૭
અપ્તે પ્રાણમધૃતા	૫૧	અવધિતો લોહિનીના	૧૦૭	અર્ચકયે દુપદે	૧૫૦
અપ્તશક્રદુષ્કાભાષા	૧૫૧	અવધિત પ્ર વતત	૧૦૮	અર્ચુષો નિમગ્ન	૧૮૫
અપ્તશ્ચર્યેદ મેવજં	૧૮૬	અવધેના અમારેણા	૭૬	અર્ચં પ્રાપ્ત વિષમર્ષ	૧૮૧
અપ્તમેશમન્ત્રવદ	૧૫૧	અવધાસિ અભુત્રાણા	૧૧૧	અર્ચસ્ત દ્યો દાત્ર્યો	૧૮૧
અપ્તમેદો અપ્તવર્ષો	૭૧	અવધાસિ પ્રાણતિ	૧	અર્ચસ્ત ધર્મોદસ્ત	૧૮૦
અપ્તમેદાદ્ય પ્ર વ્યાધય	૧૮૭	અર્ષો તેઓ ધર્મોતિ:	૧૮	અર્ચસ્ત દ્વાદશ્યો	૧૮૬
અપ્તમેદા શોચિષા	૧૭૭	અર્ષો મા પાને યત્રો	૧૧૦	અર્ચાધ્યયનમસિ	૧૪૫
અપ્તમેદા લોમ્નિલોમ્નિ	૧૭૭	અર્ષાહ્વલ વાર્ષાહ્વાદ	૧૫૬	અર્ચાધ્યયનમસિ	૧૪૧
અર્ષિવદ્ય વ ક્રિમયો	૧૧૬, ૧૧૮	અર્ષેય રાત્ર્યુપછન્દ	૭૧૭	અર્ષાધ્યયનમસિ	૧૪૧
અર્ષિત રવા વિર્ણાલિકા	૧૮૧	અર્ષેયારિરવરિષા	૧૧૧	અર્ષાધ્યયનમસિ	૧૧૧
અર્ષો યદવધાવમિ	૧૪૧	અર્ષયં મિત્રાવહન	૧૧૫	અર્ષાધ્યયનમસિ	૧૫૧
અર્ષો યદવરોચતે	૧૧૧	અર્ષાધ્ય: અર્ષાધ્ય પરેતો	૧૧૧	અર્ષાધ્યયનમસિ	૧૮૫
અર્ષાધ્ય પ્ર દિગોમિ	૧૧૫	અર્ષિ રવા અર્ષિવાહિત	૮૫	અર્ષિ: કૃષ્ણા માગર્ચેય	૧૧૧
અર્ષિ પ્રદિ મા રમયા	૫૦	અર્ષિ પ્રદિ વહિગતો	૧૧૧	અર્ષાધ્યયનમસિ	૧૫૮

मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ
अधेष्माणो अथारयन्	१३७	आ रमस्वमामयुतस्य	४९	इहैषि पुष्टय घर्षेण	८१
अष्ट च मेऽतीतिथ	१३७	आरादराति निर्मेति	५१	इहैव रते प्राणावानो	८५
अष्टाचक्रं वर्तत	४	आरे अभूद् विषमरोद् विषे	१८७	उत देवा अवहितं	१४७
अधितं ते प्रलयने	१०४	आगेऽष्टावसादस्तु	१११	उक्तामातः	३६
अधितस्य तेमातस्य	१८९	आ रोहतापुर्जरुं	१५७	उत्तिष्ठता प्र तरता	१५८
अधुराणां दुहिताधि	१९१	आलिगी च बिलिगी	१८९	उरवा यौहपृथिवी	३९
अधुतिष्ठा रामाय०	१०८	आवत्स्त आवतः	७०	उरवा मृयोरपीवरं	३९
अधो यो अथराद्	१३३	आ वात वाहि भेषमं	१४७	उपुरस्तात् सूर्य एति	११८
अस्थिजस्य किलासरस्य	१०४	आशीर्णं कर्त्तुमुत	८८	उदगाठां भगवती	११९
अस्थिभ्यस्ते मज्जभ्यः	१७१	आसुरी चक्रे प्रथमेदं	१०२	उदरात् ते ह्योमो	१५१
अस्थिर्ध्वं परध्वं	१७५	आ सुधुः सुधुः	१०५	उदीर्चनिः पथिभिः	१५८
अस्मिन् ध्वं संकुके	१५५	आघो बलातो	१५१	उदेनं मयी अपमोद्	१५
अस्मिन् वधु वधो	१३६	आद्यापमविदं रवा	३९	उद्यन्नादित्यः किमीन्	११५
अस्मै मूलो अधि	५०	इदं विष्णुध्वं सहत	१४७	उद्यानं ते पुष्टय	३६
अस्य देवाः प्रदिधिः	१३६	इदं यद्वो अत्रायत	१८५	उद्ययं तमष्टपरि	६६
अस्येन्द्र कुमारस्य	१३७	इन्द्र एतां उधुमे	८९	उपमोक्षा नम्ररगिति	१४१
अहो अरातिमविदः	१५१	इन्द्रस्य प्रथमो रथो	१८५	उर विषं पथिप्रतं	७०
अहोनां सर्वेषां विदं	१८७	इन्द्रस्य वा मही	११३	उवन्दे पुनर्वो बन्तु	१४९
अहोरात्रे अन्नेवि	१६२	इन्द्रस्य वचसा ध्वं	१७१	उदगूलाया दुहिता	१८९
आगाधुवमादयं	१२७	इन्द्रावहणा मधु	११७	उदभ्यां ते अष्टावक्रपां	१७१
आ ते भागे सुवामधि	६६	इन्द्रावहणा सुत	११६	उर्ध्वमस्या कर्त्तव्यती	८९
आ त्वागमं वीतातिभिः	१४७	इदिय दत्तो वरणेन	८८	उर्ध्वः सुतेषु जागार	४
आ रवा चतुर्थस्यमा	७९	इन्द्रो अद्यान प्रथमं	१८६	उर्ध्वं वाम मनामोह	११४
आयवर्णीरात्रेर्वी	१	इन्द्रो मेऽदिरमयस्य (१५-१७)	१८१	उर्ध्वं वाम यदवाक्ष	११४
आयवर्णां कुविदमा	१४१	इमं कम्पावा विवेश	१६१	उत्तुमिष्ट्वावैरागुषे	७९
आनुत्यतः शिक्षिष्ठिनो	१९०	इमं अविशयः वरिधि	१५७	ऊषीं वीक्ष्यश्रीयोषा०	७१
आन्नेभ्यस्ते सुदाम्ना	१७२	इममम आनुषे धर्षणे	९३	एक धार्द नोतिस्वदति	४
आप इद् वा व मेवजीः	१३२	इममदित्या वसुना	७८	एकजते विष्णुध्वानि	११८
आपो यद् वा चोचितेन	१४१	इममिन्द्र वहि	१६१	एका च मे दश च मे	१२७
आपो यद् वस्तेपस्तेन	१४१	इमा नारीमेषयाः	१५९	एकेचयैषा छष्टया	१३४
आपो यद् वस्तेपस्तेन	१४१	इमा या देवाः प्रदिशः	७५१	एको बहूनामधि	११९
आपो यद् वाऽधिरस्तेन	१४१	इमास्तेनो देवपुरा	७९	एतास्ते अग्ने सामिधः	१११
आपो यद् वो हरस्तेन	१४१	इमे अता ॥ मूतेः	१५७	एत्येका इत्येका कृष्ण	१०८
आभूत्वा बहुजा वज्र	११९	इमं वीरुमपुत्राया	१८०	एवमवजोवधोना	१२०
अमि सुषके शबले	११०	इममन्तर्वदति जिह्वा	७९	एवो ध्वस्मिर्निर्गते	१५०
आयमगन् युवा मिषक्	१८६	इवीक्षो अरतीमिष्ट्वा	१६३	एवा यशुन्धं शिवाति	१३४
आयुरसि धेहि	८८	इह तेऽधिरिह प्राण	३६	एव प्राण एव मनः	७१
आयुरस्यायुर्मं दाः	११५	इह पुष्टिरिह रथ	१३४	एवा यशुन्ध वधो	१३६
आयुर्गत् ते अतिहितं	६६				



मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ
ओक्ते अस्य मूत्रवन्तः	१९५	जीवतां नवारिषां	५०	दिवस्त्वा पातु इति	७९
ओजोऽस्योजो मे	१९५	जीवानापायुः प्र	१६१	दिया मा भक्तं यतनो	११०
ओते मे वावापुषिर्वा	१९७	अविभ्यस्तथा समुद्रे	१८	दिभ्यादिसाम	११८
ओषधीनामहं दूण	१८७	जृषिं पुनर्वं यन्तु	१४९	दिष्टो भेनवस्तासां	११९
वरमं वृषा तिर्यं	१८३	तकमन् भ्राता भग्यसेन	१९७	दुष्टये हि त्वा भरस्यामि	११८
वर्णाभ्यां ते कर्तृकृषेभ्यः	१५०	तकमन् मुञ्चवतो	१९६	दृष्टमदृष्टमदृष्टम्	११४
वर्णां श्रित्व तदमर्षाद्	१९०	तकमन् व्याल वि मर	१९६	देवा अयुः स्यो	१९१
वर्षाश्च विराजन्तः	२३७	तथा तदग्निं वृषु	१०९	देवानां हेतिः परि	५०
विलसं च पलितं	२०४	तत्पुत्रं न तत्पुत्रं	१९०	देवास्ते क्षितिमधिप	११७
वृद्ध देवां वृद्धते	११३	ता अचरादुदीचीः	१६०	देवा अग्निः संवृष्टको	१५५
वृद्धैर्वानामृत	११४	तामुषं न तासुर्वं	१९०	दीर्घेनृस्तस्या आदित्यो	११९
वृणोमि ते प्राणाधानो	५१	तादृर्धर्मि समिधः	१११	दीर्घा विता शुचिरी	९३
कृष्णाकृत वलगिन	७७	तासु स्वास्तर्वरक्ष	१५१	द्वाविर्वा वातो वातः	१४७
कैरात पृथ उपतुष्य	१८९	तिरिध्यामेरसितात्	१८०	क्षिणागधनमादाय	१५१
कैरातिका कुमारिका	१८६	तिर्यग् मे विराज्य	११७	क्षेत्र मे विरातिथ	११७
कव्यादममिमिति	१५५	सुभमेव जरिमन्	१३	पुत्रं पुत्रेण हविषा	१०९
कव्यादममि य द्विगोमि	१५४	सुभ्यं वातः पवतां	३६	भुपत् विभ कलसो	१०६
कव्यादममि राशमानम्	१५५	सुतीकं चित्तुर्धं	१९७	मर्कसाताःस्वीयधे	२०३
कव्यादममि रुधिर	११०	ते स्वा रजन्तु ते	१८	नक्षत्रा रोह न ते	१५३
क्षीरे मा मन्वे यतनो	११०	ते देवेभ्य आ	१६१	न ते बाह्योर्लमदित	१८१
क्षीरियात् स्वा निष्कृष्या	१५०	तीर्थी नामाधि	१८७	नदीं युगवप्सरयो	११०
गन्धारिभ्यो मूत्रवद्भ्यो	१९७	प्रय वीवात्रिहति	७७	नद्यः वीताय तकमने	११२
मावा एहाः स सुतवन्ते	१६०	प्रयः सुगर्वाभिस्ता	७८	नद्यः वनिस्तस्यो	११०
मार्वाभ्यस्त वशिहाभ्य	१७१	प्राशन्तामिधं वेवाः	१४७	नमस्ते अघिवाकाय	१५७
मृतादुष्टान् मनुना	७९	त्रिशीर्षाणं त्रिकुर्द	११८	नमस्ते अरवायते	१
मधुगधि मधुर्मे	१२५	त्रया जातं कव्यना	७८	नमस्ते प्राण कव्याय	१
मधुघाते वसुधैर्मि	१८९	त्रयापुत्रं जगदमिः	७८	नमस्ते प्राण प्राक्ते	१
मत्तस्य मे वसरागिण्य	११७	सं हि मयो अमिधू	१११	नमस्ते वातुपामिभ्यो	१५७
मन्त्र यत् ते तजस्तेन	१४१	स्वर्गोऽस्ये यन्तु	९३	नमस्ते साह्येभ्यो	११०
मन्त्र यत् ते तेजस्तेन	१४१	स्वया पूर्वमथवाणि	१११	नमो देववेभ्यो	१५७
मन्त्र यत् तेऽजस्तेन	१४१	स्वया मन्वेः सरथ	११८	नमो यथाय नमो	७९
मन्त्र यत् ते शीतस्तेन	१४१	स्वया वयमपराधो	२११	नमो वृषाय नमो	१७४
मन्त्र यत् ते हरस्तेन	१४१	स्वाप्रेणार्द्धं वषटा	१०७	नमो वृषाय चयननाय	१२४
मनाद् विश्वज्जीनात्	११३	सुदर्शिं मर्षो वरुणो	१८८	नमोऽस्त्वधिताय	११३
मनापुत्रा प्रममः	१०६	सर्षः शोचिस्तकमर्क	१८१	नव च मे नवतिथ	११७
मनापि स्वा परि	८५	दद्य च मे यतं च मे	११७	नव च या नवतिथ	११५
माया इद् वा असरको	१११	ददाश्च सुमेम	११६	नव पाणाजवामि	७७
मीवतां यवोतिः	४९	दिशु चन्द्राय	११९	महावयो नवतिथ	१८६

मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ
निरितो मृत्युं	१५३	प्राणेन त्वा द्विपदां	४१	य उभाभ्यां प्रहरधि	१८१
निर्बलासं कलासिनः	१७१	प्राणेनामे चक्षुषा	७२	य ऊरु अनुसर्पति	१५१
निर्बलाघेताः प्र	१७५	प्राणो मृत्युः प्राणस्तकमा	२	यः कौकसाः शृङ्गाति	२०६
निर्बो गोष्ठ दजा०	१३३	प्राणो विराट् प्राणो	२	यः कृणोति प्रमोक्ष-	१५०
नि.साला धृणुं	१३२	प्रेव विपातिपति	१६२	यः पुष्टवः पादपयो	१९५
नीचैः खनन्यसुरा	१४१	बधोरतुंनकाण्डहम	१३०	यः प्राणवः प्राण०	१५९
नैनं रक्षाधि न विशाखाः	९८	बलमसि बलं मे	१२५	यच्चक्षुषा मनसा	१२६
पक्षी जायान्यः पतति	२०६	बाहेर्बिलं निर्द्वयम्	१५१	यतो दष्टं यतो धानं	१८०
पथ च मे पथाशय	१२७	बोपथ त्वा प्रतीबोधय	३८	यत कृपते यद्वज्रते	१६०
पथ च याः पथाशय	१२५	ब्राह्मणो जहते प्रथमो	१८१	यत् धुरिण मर्षयता	५२
परं मृत्यो अनु परेहि	१५७	भद्रादधि भेयः प्रेहि	११७	यत् ते अषोढकं विषं	१८८
परि प्राममिषाचिर्तं	१८४	भस्त्रं पुनर्वो यन्तु	१४१	यत् ते विशानं रजधे	५१
परि त्वा पातु धमनिभ्यः	५४	भौमा इन्द्रस्य हेतवः	२२०, २२१	यत् ते माता यत् ते पिता	७१
परि धामिष मृत्यो	१२३	भूतपतिर्निरजतु	१३३	यत् ते वासः परिभानं	५२
परि धामान्मासा	१३३	भूते हविष्मतां भव	२५०	यत् प्राण ऋतात्वा०	१
परिषाणमाधि	१२५	भूमिश्चा पातु हरितेन	७८	यत् प्राण स्तनयितुः०	१
पवस्तेस्त्वा पर्यङ्कीणन्	१८४	आतुभ्यश्चयणमाधि	१४१	यत्र वः प्रेक्षा हरिता	२२०
पादाभ्यां ते आनुष्वा	१५९	मय्या पूषे नयः	१२४	यत्राध्वस्या न्यमोषा	२२०
पार्थिवस्य रक्षे देवा	८८	मन्युर्निद्रो मन्युः	१२१	यत्रा सुहार्दः झुकती	२३५
पिशङ्गे सुत्रे खगलं	२३७	महाह्वानं मूत्रवती	१२६	यत्रा सुहर्षां सुकृता	२३५
पिशाचश्चयणमाधि	१४५	मा गतानामा	३७	यत्वं शीतोऽथो	१२६
पुनस्त्वादित्या ददा	१५४	मा ते प्राण उष	७२	यत् त्वां कुडाः प्रचक्रुः	१५४
पुरं देवानाममृतं	७१	मा ते मनस्वत्र गान्मा	३६	यत् त्वाभिचेरः पुरुषः	७०
पुरस्तापुको बह	२०२	मा त्वा ऋषादमि	३८	यथा योष धुषिती	१२३
पृथिवीं घनुरस्तर्षाः	१२८	मा त्वा जम्भः सहजुः	३८	यथा प्राण बलि०	३
पृथिव्यामनये	१२८	मा नो देवा अहिः	१२३	यथा बाणः सुक्षेसितः	१७६
पैद प्रेहि प्रथमो	१८५	मा बिभेर्न मरिभ्यसि	७१	यथा ब्रह्म च क्षत्रं	१२३
पैदस्य मन्महे वयं	१८६	मा सौतान्द्रखान्	१२६	यथा मृतं च मर्त्यं	१२३
पैदो हन्ति कृताणलं	१८५	मित्र एन वरुणो	९३	यथा मनो मनस्केतैः	१७६
प्र ते भिनधि मेहनं	२४३	मुखन्तु मा वापया	२२५	यथा हृत्र इमा व्याप०	१७१
प्र ते शृणामि शृष्टे	२१६	मुख शोषिकया उत	१७७	यथा खलं बाहुत	१२३
प्रत्यक्षमर्कं प्रति	१६३	मुष्माणि त्वा हविषा	८४	यथा सूर्यश्च चन्द्रश्च	१२३
प्र विशतं प्राणापानौ	६६, ८५	मुहुर्हृत्तेः प्र वदति	१६०	यथा सूर्यस्य रश्मयः	१७६
प्राणः प्रजा अनु	२	मृगुरीधे द्विपदां	५३	यथा सो अत्य परिधिः	२०९
प्राण मा मत्पर्याहृतो	४	मृग्योः पद बोपयन्त	१५८	यथाह्व रान्नी	१२३
प्राणमाहुर्मतिरिधानं	३	मिषं प्राणो हास्निनी	६६	यथाहान्यनुपूर्वं	१५७
प्राणापानौ प्रोहि०	३	मिषं पण्यामनु गा	३७	यथेयुका परापतद्व०	२४३
प्राणाय नमो यय	१	मोक्षानुमोक्ष पुनर्वो	१४९	यदाग्रापो अदहत्	१९९

मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ
यदमो स्ये विपं	१८७	यो ते चक्रुः पुरुषास्ते	७६	यो अह्य सर्वजन्मनः	४
यदभाधि यद विभु	५९	यो ते चक्रुः सभायां	७६	यो दाधार पृथिवीं	१५८
यदस्य दृढं विदुर्न	६०९	यो ते चक्रुः येनावां	७६	यो नः सपादराजतः	११९
यदान्नेषु यथाभ्यो	१४३	यो ते चक्रुः सभायां	७६	यो नो भामिः पितरो	१५९
यदा प्राणो अन्धः	७, ३	यो ते चक्रुः रामे पात्रे	७५	यो नो अभ्यु वीरेषु	१५९
यदाभ्यन् दाक्षायणः	९७	यो ते चक्रुः कश्यपे	७५	यो ते बलास तिष्ठतः	१७३
यदाशसा यदतो मे	११५	यो ते चक्रुः कश्यपे	७५	रक्षन्तु स्वाम्यो मे	१७
यदाहुतेः क्रियमाणायः	३३२	याः पार्थ उपर्युजित	१५२	रदो वो मीनाः अक्षरैः	११४
यदि क्षमादयः	१५१	या मन्त्रो निर्गन्तव्ये	१५२	वज्रमस्ते रजितायै	१८२
यदि क्षितायुर्दे	८४	यावत्तो यावत्पृथिवी	१८१	धरणी वारयता	१७१
यदि नो हासि	१४७	याः सीमानं विदुर्गन्ति	१५१	मातातु ते प्राणमावेदं	४९
यदि योको यदि	१९९	याश्चिरवीर्यपुंगवः	१५१	वायो यत् ते सपन्तेन	१४०
यदि स्व क्षोत्रपाणां	१३३	याश्चिरवीर्यपुंगवः	१५१	वायो यत् ते सपन्तेन	१४०
यदेनसो मातृकृपा	७०	या द्रव्यमुपयन्ति	१५१	वायो यत् ते क्षोचितेन	१४०
यद्गोहिष कोविदे	७०	युयं नः प्रवक्षो	१११	वायो यत् ते क्षोचितेन	१४०
यद्गोहिष कोविदे	७०	ये अजिना ओषधिरा	१८७	वायो यत् ते क्षोचितेन	१४०
यद्गोहिष कोविदे	१९३	ये अजिना मदयन्ति	१५२	वारिद वारयते वरणा	१८२
यद्यग्निः कम्पाद्	१५४	ये अर्पयन्ते अदि	१८२	विजेषकुर्वन्	११९
यद्यग्निर्वादि वासि	१९९	ये निमयः पर्वतेषु	११४	वि ते सर्व मदायति	१८४
यद्गिरिं शमलं	१६०	ये किमयः सितिकृष्ण	११८	विद्या वे ते काशान्य	१०६
यद्गो देवा वरजोऽसौ	१९९	ये ते पन्थानो	११५	विद्या सारस्व पितरं चन्द्र	२४०
यदोदन्तं प्रथमम्	१५८	ये देवा दिवि छ ये	१०३	विद्या सारस्व पितरं पन्थानं	२४१
यद्यकार न शशाक	७७	येन देवा अक्षराणां	१२६	विद्या सारस्व पितरं मित्रं	१४१
यद्यकार न शशाक	२२७	येन होम साहज्या	१२६	विद्या सारस्व पितरं वरुणं	१४१
यस्त आस्यत् पञ्च	१८२	येन होमादितिः	१२६	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्ते प्राणैर्दे वेद	३	येनातारन् भूतकृते	१५८	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्ते मन्मोऽविषद्	१११	यना अस्त्वयधरथ	१३७	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्यात् पञ्चादयुतं	२५९	येनेन्द्राय समभर	१३६	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्यान्नास्य निमित्तम्	२५८	येनावास्या रात्रि	१४७	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्मिन् देवा अनुजत	१५६	ये यत्नव एवरात	५४	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्य भीम प्रसीदाश	१५१	येवापायः कम्पायः	११८	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्य हेतोः प्रचयवते	१५०	ये नो देवाः पितरो	१०३	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यस्यास्त आसने योरे	१४९	ये धर्मा धनकाया	१६९	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
या ओषधयः सीमा	११५	येषां प्रयाजा जन	१०३	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
या गृहा अनुसर्पन्ति	१५१	यो अक्षयौ परिरुपति	११७	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
या मन्त्रा अपवित्रो	१०६	यो अग्नि कम्पाय	१५४	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
या ते प्राण प्रिया	१	यो अज्जयो या कृष्यो	१७३	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
या ते कृत्वा कृषे	७६	यो अन्यपुत्रमयुः	१९४	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१
यो ते चक्रुः कृष्ण	७१	यो अह्य विश्वजन्मनः	४	विद्या सारस्व पितरं सूर्यं	१४१

मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ	मन्त्र	पृष्ठ
सतं श्रीव शररो	८४	स हि शीर्षेण्यम	१८७	महोऽसि सहो मे	११५
सतं तेऽयुतं बायनान्	५३	सखासावरमभ्य	१११	सीसायाभ्य ह वरुण	१४७
स ते अग्निं सहाभू-	१५१	सकमुको विकमुको	१५६	सोते मल सादयि वा	१५६
स ते वातो अन्तोरिक्षे	१५१	स क्रामते मा जहोत	६५	साधे मुहूर्त्तव नटे	१५६
स नो भवन्धप	१४१	सदान्वासुगणमाधि	१४५	सुपर्णस्त्वा गुरुमान्	१८०
स नो वातो वातु वा	११०	सनादमे मृगसि	१११	सुपर्णो जात प्रथम	१००
स मे परस्मै शान्नाय	१७७	स ते शीर्ष्णं कपालानि	१५१	सुपूदत मृकत	१११
शरदे वा हेमन्ताय	५३	स ते इन्मि दता दता	१२३	सूर्यमुत समसे	१५१
शम्पाद्रिष निरवोच	१८१	सपत्नस्यगणमीध	१४५	सूर्यं यत् ते त्वपस्तेन	१४१
शिवा भव पुङ्गवेभ्यो	१३४	सप्त क्षरन्ति शिशवे	११६	सूर्यं यत् ते तेजस्तेन	१४१
शिवामिष्ट हृदय	८२	सप्त च मे सप्ततित्व	११७	सूर्यं यत् तेऽविस्तेन	१४१
शिवास्त एका अशिवास्त	११०	सप्त च वा सप्ततित्व	११५	सूर्यं यत् ते घोषिस्तेन	१४१
शिवास्ते स त्वोपयम	५७	समाना मासामुनु-	९८	सूर्यं यत् ते हरस्तेन	१४१
शिव ते स्तो वावापृषिवी	५१	समादर जातवेदो	१११	सोमस्येव जातवेदो	१११
शिवो ते स्तो माहि-	५२	समिद्धो अम आहुत	१७६	सोऽरिष्ट न मरिष्यसि	५३
शीर्षं किं शीर्षामय	१५०	समिन्धते संकमुक	१५५	हतासो अस्य वेशसो	११६, ११९
शेरभक शेरभ	१४९	स मा शिष्यस्तु मस्त	६९	हतास्त्रिधिरात्रयो	१८६
शेष्टपक्ष शेष्ट	१४९	सरूपा नाम ते माता	२०२	हतो वैवाय किमाणा	२१८
श्वामथ वा मा शबला	३७	सरूपो द्वौ विरूपो	२१८	हतो राजा किमीणा	११६, ११८
श्वामा सरूपकणी	१०१	सर्पास्तुसर्प पुनर्वो	१४९	हारिणस्य रघुप्यदो	१३१
श्रोत्रमसि श्रोत्र मे दा	१२५	सर्वानमे सदमान	१६१	हरिमाण ते अङ्गभ्यो	१५१
शुवेक कतिरिवैक	५२१	सर्वो व सत्र जवति	५३	हस्ताभ्यां दशशास्त्राभ्यां	१४८
षट् न म षष्ठिथ म	१२७	सहस्राक्षेण शत-	८४	हृदयात् ते परि कलोत्रो	१७१
षयत न त्वं पररु	१८५	सहस्र मन्त्रो अभि-	११८	हृदा पूत मनसा	१३०
षष्टुष्ट घनमुमय	११९				

